د. مشعل عبد العزيز الفلاحي



أكثر العادات أثراً في حياة الناجحين




التركيز
أكثر العادات أثراً في حياة الناجحين



الطبعة الثالثة

١٤٤٢هـ ـ ٢٠٢١م

تُطلب جميع كتبنا من:

دار القلم ـ دمشق

هاتف: ٢٢٢٩١٧٧ فاكس: ٢٢٥٥٧٣٨ ص.ب: ٤٥٢٣

kalam-sy@hotmail.com

الدار الشامية ـ بيروت

هاتف: ٨٥٧٢٢٢ (٠١) فاكس: ٨٥٧٤٤٤ (٠١)

ص.ب: ١١٣/٦٥٠١

توزّع جميع كتبنا في السعودية عن طريق:

دار البشير ـ جدّة

٢١٤٦١ ص.ب: ٢٨٩٥ هاتف: ٦٦٥٧٦٢١ فاكس: ٦٦٠٨٩٠٤



أكثر العادات أثراً في حياة الناجحين

تـألـيـف

د. مشعل عبد العزيز الفلاحي





الزمت نفسي منذ اربعين سنة أن اكتب
كل يوم ملزمة (ستة عشر صفحة) وكنت
في بعض الأيام أنجز عشرين صفحة حتى
يكون في الغد اثنتي عشرة صفحة.

الذين يسألونني عن التأليف!

(بشار عواد)



المقدمة

الحمد لله ربِّ العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين، **وبعد:**

فإن الحديث عن تنمية الإنسان وإعداده وتكوين شخصيته من أعظم ما ينبغي أن يُعتنى به؛ خاصة إذا أدركنا أن هذا الأمر ممَّا يعينه على أداء مهمته الكبرى التي جاء من أجلها: ﴿إِنِّي جَاعِلٌ فِي ٱلۡأَرۡضِ خَلِيفَةً﴾ [البقرة: ٣٠].

وهذا الكتاب الخامس في هذه السلسلة؛ هو محاولة لسداد ثغرة وبناء أمل، ولعلك تجد فيه أيها القارئ الكريم ما يدفع بك للحياة.

لقد بلغ بنا الشتات مبلغَه، وأجهز على كثير من مواردنا، وحوّل كثيرين إلى هوامش وما زال! وكم من إنسان يملك وقتاً ومالاً وذكاء ثم لا تجد له في يومه حظّاً من عمل؛ فضلاً عن أسبوعه وشهره وعامه!.

وما أنا محدّثك عن الصوارف التي تعيشــها والفوضى التي تغالــب زمانك، ولو لــم يكن من ذلك إلا وســائل التواصل الاجتماعــي التي تحوَّلت من وســائل يمكن أن تدفعنا للبناء إلى عقبات تقف دون كلِّ نجاح.

إن عادة التركيز هي العادة التي يمكن أن يعيد بها الإنسانُ قوتَه وتوازنَه، ويحافظ بها على مقدراتــه، ويملك بها ناصية الطريــق، ويتغلَّب بهــا ومن خلالهــا على هــذه الصوارف والمشتتات التي تموج في عالم اليوم، وإذا استطاع صاحبها أن يمسك بها ويجهد في بنائها؛ استطاع أن يبلغ أمانيه كما يشاء.

أدعوك إلى قراءة فصول هذا الكتاب قراءة الوعي بأثر العادات وأثرها في صقل شخصية الإنسان.

وأحسب أن حرفاً يبلِّغك المجدَ، وكتاباً يريكَ الحياةَ، وحبراً يضيء لك الطريق؛ أبلغ عندك من كل شيء، ولولا أنك أهل لصناعة الآمــال، وكتابة التاريــخ، ومنهل لعالم الأحلام؛ لكان وقت الإنسان أعظم من أن يذهب في سدى.



وكتبه

د. مشعل عبدالعزيز الفلاحي
بلاد الحرمين، القنفذة. حلي
فجر الأثنين ١٤/٤/١٤٣٩هـ
mashal001@hotmail.com

هذا هو الكتاب الخامس

في البناء الذاتي (سلسة التنمية الشخصية)

ويأتي دوره بعد أربعة كتب:

(ابدأ كتابة حياتك، مشروع العمر،

أفكار تصنع الحياة، قصة حلم)

عاش نبيُّك ﷺ

في مشروعه ثلاثة وعشرين عاماً،

بذل منها ثلاثة عشر عاماً

في بناء التوحيد،

وأخرج بهذا المعنى أعظم جيلٍ

صنع الحياة.

الفصل الأول

التركيز.. معناه وأهميته

- التركيز.
- ما ثمن وقتك؟.
- لماذا الحديث عن التركيز؟.
- ما التركيز؟.

* * *

١
التركيز

• **التركيز عادة تبلِّغك النجاح**، وأثرهــا يخرق حجراً، ويفلق صخــراً، ويكتب حظّاً، ويصنــع لصاحبه في النهاية التاريخ الذي كان ينتظــره، والأحلام التي كان يصبو إليها، والنهايات التي كان يرقبها مع الأيام.

لا أعلم يا صاحبي فضيلة بعد توفيق الله تعالى واستثمار الوقت تبلغ بك أمانيك، وتحقق لك مرادك، وتدفع بك للمجد كالتركيز! وما حاجة زمانك اليوم لشيء حاجته لهذه الفضيلة.

وكم هي الأشــواق إلى صاحب حلــم وهدف وغاية يمنحها كل يوم وقته وهمومه ومشــاعره، في واقعٍ حوَّلَ جموعاً غفيرة إلى الهوامش، فلا تكاد تظفر بشــيء ممتع عنــد كثيرين، وإن وجد شــيء مــن ذلك منحــوه فُتاتَ الأوقات ويســير الأحداث، فمات فقيراً جائعــاً ظامئاً في عرض الطريق.



• **التركيز الذي نتحدَّث عنه في هذا الكتاب هو أن تعطي هدفك وقضيتك الكبرى ومشروعك كل وقتك أو جُلّه**.. أن

تستيقظ في صباح كل يوم لتلك الهموم التي تعيشها، والآمال التي ترقبها، والأحداث التي تودُّ صناعتها، ولا يستطيع صارف في الدنيا كلّها أن يَحُول بينك وبينها.

• **التركيز أن تقطع مسافة كافية في فكرتك ومشروعك وهدفك الكبير في كل يوم**، ولا تتنازل عن ذلك ولو كان في يومك عزاء أقرب الناس إليك.

الحياة أثمن بكثير من هذا الشتات والفوضى التي تطاردنا وتشغلنا بالتوافه، وتهبنا قضايا جديدة كل يوم، وتراهن على إخراجنا من جادة الطريق إلى حافته، ومن الجزء المشرق فيه إلى مساحات الظلام.

• **حين نتحدث عن التركيز نتحدَّث عن قضية تشغلك، وفكرة تجري في مشاعرك، وهدف يتنفّس في قلبك**، ويحتاج كل يوم إلى وقت حضانة لا تقل عن خمس ساعات؛ بها يشعر بحنينك ووجدك، ويلقى في رحابها معاني الحب والإجلال، وتدفع به من خلال تلك الساعات للحياة.

خاطرة:

قطرات الماء المتتابعة تحفر أخدوداً في الصخر الأصم!

* * *

٢
ما ثمن وقتك؟

- **يجب أن تسأل نفسك هذا السؤال: هل لوقتك ثمن؟!.**

أجب بصدق وصراحة، لا تدفع هذا السؤال عن قلبك ومشاعرك بإجابة باردة تتخلّص بها من تبعاته وأثقاله!.

إذا كنت تصرف كلَّ هذا الوقت أو جلَّه في مشروع وفكرة حية؛ فلوقتك ثمن كبير لا تقدّره إلا المشاريع الناهضة من أثره في مستقبل الأيام، وإن كان يذهب في الهوامش والتوافه؛ فأنت أكبر من أن تجري عليك السنن التي تجري على الفارغين واللاهين في الحياة.



سأسألك: كم يذهب من وقتك لوسائل التواصل الاجتماعي على وجه الخصوص؟.

كم يجري من هذا الوقت في القيل والقال، وتحرّي الأخبار، ومتابعة الأوهام، وبناء رؤى وهمية عن الأحداث التي تجري في الساحة؟.

كم هي الوسائط التي يتم تناقلها عبر وسائل التواصل الاجتماعي وتذهب فيها أعز دقائق عمرك وأثمن أيام حياتك على الإطلاق؟.

ماذا بقي لك من وقت بعد كل هذا؟!..

يا هذا! **لقد كان الواحد من سلفك أشح بوقته منه على ديناره ودرهمه!..**

أتظن بأن إنسـاناً يبدِّد وقته كل يوم بين هذه الترهات يصلح في قضية أو رسـالة أو شـأن؛ فضـلاً أن ينتظر منه مجتمعُه ووطنُه وأمته شيئاً بهيجاً يملأ به الحياة؟!..

إلى متى تظل هذه الفوضى التي تطارد جيلاً بأكمله؟!..

متى يمكن أن نفيق ونستيقظ من ركام هذه التفاهات؟!..

قد لا ينقضي عجبك في مثل زمانك من صاحب مشروع فضلاً أن يكون من العوام لا تكاد تسأله عن خبر أو قضية أو مشكلة على مستوى العالم إلا قصَّ لك خبرها، وأفتاك عن مشاهدها، وذكر لك تفاصيلها، وأغرقك بالظنون حولها؛ فلا حول ولا قوة إلا بالله، والله المستعان، وعليه التكلان، وإنا لله وإنا إليه راجعون من هـذه الغفلة التي طاردت من تؤمِّل فيه الأمة خيراً، أو ترجو منه مساحة ودوراً!.



- **إننا نتحدَّث في هذه الأسطر عن التركيز، لا نتحدث عن الفوضى، ونتحدث في هذه المسـاحة عن المشـاريع**

المتعددة والأعمال الكثيرة، وننصح صاحبها نصيحة محبٍّ ألا يغرق في هذا الشتات.. لا نتحدث عن إنسان يكاد يغرق في الفوضى!.

فليفق من يقرأ هذا الحرف قبل ألَّا يجد وقتاً للعودة، وليتقِ اللهَ تعالى في وقته وقوّته قبل ألا يجد ما يصرفه لدين الله تعالى، وليبكِ على ما فات من حظوظ العمل والبناء، وليعد تائباً نادماً صادقاً متأسِّفاً قبل ألا يجد موطناً للأسف والعتبى والندم، والله المستعان، وعليه التكلان، ولا حول ولا قوة إلا بالله.

خاطرة:

إني لا يحلُّ لي أن أضيع ساعة من عمري؛ حتى إذا تعطّل لساني عن مذاكرة ومناظرة، وبصري عن مطالعة؛ أعملتُ فكري في حال راحتي وأنا مستطرح، فلا أنهض إلَّا وقد خطر لي ما أسطره... وأقصّر بغاية جهدي أوقاتَ أكلي، حتى أختار سَفَّ الكعك وتحسّيه بالماء على الخبز لأجل ما بينهما من تفاوت المضغ؛ توفُّراً على مطالعة أو تسطير لفائدة.



(ابن عقيل الحنبلي)

* * *

٣

لماذا الحديث عن التركيز؟

- **نتحدَّث عن التركيز لأن حياة كثيرين باتت هامشاً لا قيمة لها، ومساحة فارغة من كل شيء، وفوضى عارمة في الأوقات والأهداف والمشاريع.**

عدد كبير جدّاً من الأفراد اليوم يعانون معاناة كبيرة وضخمة من الفوضى للدرجة التي لو سألت أحدهم: ما الفكرة التي يعيش من أجلها؟ أو الهدف الكبير الذي يستحق التضحية؟ أو القضية التي ينام عليها ويستيقظ من أجلها؟ أو المعنى الذي يتحرك ويسافر ويقيم من أجله؟ أو على الأقل المجال والتخصص الذي يحبه ويتوافق مع قدراته وإمكاناته وهمومه، ويمكن أن يشارك به في مساحة مجتمعه ووطنه وأمته؟.. لم تظفر بإجابة على هذا الأسئلة الملحَّة؛ فضلاً على أن تجد رضاً يخالط نفس أحدهم أو مشاعره.



بعض هؤلاء لا يستطيع أن يقول لك: إنه استثمر نصف ساعة، فضلاً أن يستثمر ثلاث ساعات على أقل حدٍّ

في يومه كله في سبيل غاية أو هدف أو فكرة أو مشروع! وما يزال يبدِّد أوقاته في غير طريــق، وتغتاله الهوامش، ويذهب ضحية صحبة فارغة، وهموم هامشية، ويعود في نهاية كل يوم إلى فراش نومه مشـــدوهاً من الضياع الذي يعيشـــه، وممزَّقاً من الفوضى التي تلتهـــم أوقاته، ونادماً على هذا الضياع الذي يشـــعر به، وينام والحسرات تملأ مشـــاعره وتأكل قلبه.. ثم يعود في الصبـــاح إلى القضية ذاتها دون شيء.

• **الحديـــث عن التركيـــز محاولة لإعـــادة بوصلة هذه الجماهيـــر التائهة عن الطريـــق، وخطوة لتحديد الشـــمال الحقيقي لهم**، وسراج يبدِّد هذا الظلام المنتشر في حياتهم، ويعيدهم بإذن الله تعالى إلى مساحات الفأل والأمل في قادم الأيام.. وهو في المقابل حديث موجَّه للنخب التي تعيش لهدف وغاية وفكرة ومشروع وقصة حياة؛ نذكرهم فيه بأن عوائـــد هـــذا المعنى علـــى أفكارهـــم ومشـــاريعهم فوق ما يتوقعون، وأعظم مما يتخيّلون.. وأن الواحد منهم يحتاج إلى جرعـــة تركيز أكبر في قضيته وفكرته ومشـــروعه حتى يصنع الفارق المتوقَّع منه في مستقبل الأيام.



• **إن جزءاً من النخب اليـــوم يرون بأن وضوح الفكرة والمشروع كافٍ لتحقيق التركيز، والحقيقة أن هذا خلاف**

الواقع، وأن كثيرين من الذين أفكارهم واضحة ومشاريعهم محـــددة ومجالاتهم معروفــة لم يتحقق لهم شـــيء كبير يســتحق الإعجاب حتى هذه اللحظة؛ **لأن معرفة الطريق وبوصلة الشـــمال مع أهميتها إلا أنهـــا إذا خليت من هذه العادة (التركيز) لم تتمكَّن من صناعة شيء** وإن طال عمرها مع الأيام.

- **فالحديث عن التركيز دعـــوة لأفراد الأمة للتخلِّي عن الهامشـــية، ودعوة للبحث عن الفكرة الممتعة والمشـــروع الكبير والقضية التي تستحق العيش**، والرسالة التي يموت في سبيلها ومن أجلها الإنسان.. وهي دعوة لأجيال الأمة في المقابل أن يتخلَّوا عـــن كثرة الأعمال، وزحـــام الجداول، وضيق مفكرات المواعيد، ليصنعوا فارقاً يصلح في النهاية أن يكون تاريخاً يصلح للاقتداء.

وهو فـــي الوقت ذاته دعـــوة للإبداع؛ لأنـــه فرع عن التركيز؛ فالذي يتخصص في فن معين أو مهارة واحدة أو مجال بعينه تصبـــح بؤرة التركيز لديه كبيـــرة جدّاً وجادة للدرجة التي لا يجد نفســـه إلا في فكرته ومشروعه، ولا يقضي وقته إلا في ربوعها، وتجد مشـــاعِرُه الوجدَ وهي تلقى ربوع الفكـــرة الغامرة، ولعل من أكثر شـــواهد هذا المعنـــى التخصصات الدقيقة التي باتت تتوسَّـــع في كل



مجال من المجالات إلى درجة تَفُوق تصوّرَ الإنســـان في كثير من الأحيان.. وهي دعوة للعودة للنضال في المساحة التي تستحق ذلك النضال.

خاطرة:

تخيّل أنك في صحراء ممتــدة لا تعرف حدودها، ولا تملك معرفة أي جهة من جهاتها الأربع، ولا تدري أين تســير فيها! هي الصورة ذاتها لكثيرين يعيشــون في هذه الحياة وليــس لديهم بوصلة يتعرفــون بها على الشمال الحقيقي لحياتهم!

* * *



قضى الحافظ ابن حجر رحمه الله تعالى في تصنيف (فتح الباري شرح صحيح البخاري) ما يزيد على خمسة وعشرين عاماً، ولمَّا جاء الشوكاني عالم اليمن قال فيه كلمته الشهيرة: لا هجرة بعد الفتح.

٤
ما التركيز؟

• **لعلك تسأل: ماذا تريد بالتركيز؟ ماذا تعني به؟..**

وإجابة على سـؤالك، وتحريراً لهذا المفهوم في بداية هذا الكتاب أقول لك:

ـ التركيز: هو الاهتمام بفكرة أو مشروع أو هدف محدد تمنحه قلبك ومشاعرك ووقتك حتى تبلغ فيه النهاية.

ـ التركيز: أن تهتم بقضية وتجعلها شأنك في يومك كله، وتطاردها في الصباح حتى ترد منها في المساء على أمانيك.

ـ التركيز: أن تصبح كلَّ يوم وقضيتك أول ما يشـغلك ويسـيطر على فكرك، وتقضي فيها كل يومك أو جُلّه، ولا تبرح أحداثها حتى تلقى منها مشـاعرك ألقاً ما يلقى منها جسدك تعباً وجهداً وألماً.

ـ التركيز: أن تعرف أين تتجه كلَّ يوم، وتأتي عملك وليس في ذهنك سـوى تلك المهمة وذلك الهدف، ولا يأتي ضحى يومك إلّا وقد أنهيت الجزء الأكبر منها والمساحة الأوسع فيها.

ـ **التركيز**: ما صنعه محمود الطناحي حين كان يعمل مع المستشـــرق الألماني فمرَّ بهم هذا البيت أثناء العمل في التحقيق:

ملك منشــد القريض لديه   يضع الثوب في يدي بزّاز

فسأله ذلك المستشرق: من أي بحر هذا البيت؟.

فأطرق الطناحي إطراقة بلهاء، تبعتها ضحكة أشد منها بلاهة.. فقال له المستشرق منكراً متعجِّباً: طالب بدار العلوم متخرج من الأزهر لا يعرف علم العروض؟!..

قال الطناحي: فقمت من مجلســي والأرض لا تكاد تقلني، والهموم تكتظ في قلبي، وكلمة هذا المستشـــرق تلاحقنـــي، واتجهت إلى بيتـــي، وحيـــن دخلته ذهبت للمكتبة واســتخرجت منها كتاب (المذكرات الوافية في علمي العروض والقافية) للشيخ عبد الفتاح شراقي، وهو ما كان مقرراً عليه في الأزهر، فانكببت عليه لا أكاد أدير وجهي عنه صباح مساء، حتى لانت لي البحور وطوعت لي من جديد.



- هذه هي فلسفة التركيز التي نتحدث عنها باختصار!

خاطرة:

إذا أُغلق عليك باب مــن أبواب العلــم، أو مهارة من المهــارات، أو مجال مــن المجــالات، أو تخصُّص من التخصصات؛ فأنصحــك بنصيحتين: الأولــى: أن تقنع نفسك أن في إمكانك بلوغ أحلامها، والثانية: ركّز عليها وامنحها وقتك وقلبك ومشاعرك، وأعدك أن تكون رمزاً فيها مع الأيام.

* * *



درس للذكرى

ذهبتُ إلى الولايات المتحدة الأمريكية للدراسة عام (١٩٦٣م)، وأحسست برهبة موقفي؛ طالب مصري يدرس على بعض أهم أساتذة الأدب الإنجليزي في العالم، ولم يكن هناك طالب عربي غيري، وحينما أعطوني قوائم النصوص والمراجع وجدتها طويلة بشكل لا يصدق، فاستأجرت فندقاً بجانب جامعة كولومبيا وتفرغت للقراءة والتحصيل، فقرأت الأعمال الكاملة لكل الشعراء الرومانسيين الإنجليز (موضوع تخصصي)، وكثيراً من الكتب النقدية عنهم، وكثيراً من المسرحيات الحديثة وأعمال مليتون.. وخرجت من فترة الحضانة هذه وقد تملّكت ناصية الخطاب النقدي بشكل يسمح لي بالدخول في حوار مع زملائي وأساتذتي، واكتشفت أنني أكاد أكون أنا الطالب الوحيد الذي قام بهذه العملية شبه الانتحارية، فذاع صيتي لدرجة أنني بدأت إلقاء الدروس الخصوصية على أصدقائي.

(المسيري في كتابه: رحلتي الفكرية)

الفصل الثاني

كيف تركِّز؟

- من أنت؟.
- تعرف على الـ (X) في حياتك.
- أين تضع علامة (X) في حياتك.
- تخلَّص من الفوضى.
- ما مشروعك العمري؟.
- كتابة الرؤية.
- تحديد الأهداف.
- إدارة الأولويات.
- أدومة وإن قلَّ.
- تعلَّم أن تقول: (لا).
- التدريب والممارسة.
- الانضباط.
- أوقات الذروة.
- أوقات الراحة.
- تخلص من الشعث.
- لا تؤجل الأمور.
- بسِّط أمورك.
- صناعة التفاؤل.
- العادات.
- اشدد قوسك.
- كن مسؤولاً.
- اختر صديقك.

* * *

كيف تركز؟

١

من أنت؟

• **من أثمن الأسئلة وأكثرها عمقاً في أي كتاب سؤال (كيف؟)؛** لأنه يضعك على الحقيقة ويصنع لك التجربة، ويريك بداية الطريق ونهايته من أول وهلة، وسنحاول هنا أن نكون في مستوى هذا السؤال، وقادرين على مواجهة تحدياته، وسنبتعد عن التعميم ما أمكن ذلك، وستكون أيها القارئ بإذن الله تعالى وجهاً لوجه مع الحقيقة التي نحاول جاهدين أن نرسم لك واقعها التطبيقي حتى تجد منها مُناك.

إذا أردت أن تركّز بوعي وتكتب حظك من هذه العادة الفذة، وتبدأ رحلتها المباركة في عمرك؛ فعليك أولاً أن تسأل نفسك: **من أنت؟ ولماذا خُلقت؟ وما القضية التي تنتظرك والتحديات التي تواجهك؟.**



الحديث هنا عن النجاح والتميّز والإبداع، وترك آثار يتحدّث بها التاريخ حتى تقوم الساعة..:

وإذا كانتِ النفوسُ كباراً تعبتْ في مُرادِها الأجسادُ

وهذه الأسئلة التي ندفعها على مشاعرك هذه اللحظة نريد أن نعرف بها قدرتك على مواجهة التحديات، وخوض غمار الأفكار، ومحاولة رسم مشاهد الإبداع في ساحات الحياة.

- **لا تسأل (كيف تركّز؟) حتى تتعرف على نفسك**، وهل هي قادرة على تكاليف هذا السؤال وخوض غمار أحداثه؟ أو يكفيها التشاغل ببنيات الطريق والعيش في مساحات الهوامش؟.. نحن نتحدث عن قضية كبرى وعادات ضخمة تحتاج إلى عزائم النفوس لتكتب وقائعها، وتدوّن مجدها، وتصنع تأثيراً كما أراد الله تعالى لها أن تكون.

لا يصلح الحديث عن هذه العادة لأي إنسان، الحديث هنا فقط لصُنَّاع الحياة، للقادرين على الارتفاع عن حضيض الأرض، للصاعدين على جبل الأمل، والقادرين على مواجهة ظروف الطريق وتكاليف الحياة وأنت واحد من هؤلاء.



قم من فراش نومك، وانفض غبار الكسل، وانهض لكتابة التاريخ الذي يجب أن يقتات منه العالم روحه ومشاعره ما بقي الزمان.

- **إنني أذكِّرك بأن طريق القاع مزدحم، وفوات هذه العادة من حياتك مؤذن بأن تكون ضمن ذلك الزحام،**

ومثلك أرفع من أن يبقى هامشاً ويكون في زحام القاع! وما سيأتي من طرق وأســاليب لتحقيق هذه العادة في حياتك يحتاج منك إلى أحلام الناهضين.

خاطرة:

القاع مزدحم، ومثلك أوعى مــن أن تكون ضمن ذلك الزحام!.

* * *



إضـاءة

إذا نظرت بوعي إلى

(المغني) لابن قدامة،

و(التمهيد) لابن عبد البر،

و(فتح الباري) لابن حجر،

و(التحرير والتنوير) لابن عاشور،

و(صحيح السنة وضعيفها) للألباني؛

أدركت أنها لم تولدْ في يوم، أو تخرج في شهر،

أو تأتي في عام، وإنما كانت وليدة التركيز والصبر

الطويل، وما زالت تترعرع حتى جاءت في هذه

الصورة النهائية التي تقتات منها الأجيال كل شيء.

كيف تركز؟

٢

تعرّف على الـ (x) في حياتك

• ذات مرة كانت هناك مشكلة فنية كبيرة في إحدى محطات الطاقة النووية، وقد تسببت هذه المشكلة في تقليل سرعة توليد الطاقة وخفض كفاءة عملية التشغيل بالكامل، وعلى الرغم من المحاولات الدؤوبة التي بذلها مهندسو المحطة إلا أنهم لم يتمكنوا من تحديد المشكلة أو معالجتها، وبناء عليه قاموا باستدعاء أحد أعظم الخبراء في العالم في مجال هندسة وبناء المحطات النووية.

وصل الخبير وارتدى معطفاً أبيض اللون، وأمسك بحافظة أوراق، ثم بدأ العمل.. وطوال اليومين التاليين ظل يتجوّل في أنحاء المحطة ويفحص المئات من الوصلات والمؤشرات في غرفة التحكم، ويدوّن ملاحظاته، ويجري عمليات حسابية، وفي نهاية اليوم الثاني أخرج قلماً أسود من حافظته وصعد سلماً خشبيّاً ووضع علامة (x) كبيرة سوداء اللون على أحد العدادات، ثم نزل وقال: هنا موضع المشكلة، ويجب إصلاح أو استبدال الجهاز المتصل بهذا العداد، وسوف تنتهي المشكلة كليّاً، ثم خلع معطفه بعد



ذلك، وقاد سيارته متجهاً إلى المطار، ثم عاد إلى وطنه، وقام المهندسون بحل أجزاء الجهاز الذي أشار إليه الخبير، واكتشفوا أنه كان بالفعل هو سبب المشكلة، وتم إصلاحه، وعادت المحطة إلى العمل بكفاءة كاملة.

وبعد أسبوع تقريباً تلقى مدير المحطة فاتورة من الخبير بمبلغ عشرة آلاف دولار مقابل خدمات مقدمة، فاندهش مدير المحطة لحجم هذا المبلغ مقابل يومين عمل فقط، فكتب ردّاً إلى الخبير: لقد تلقينا الفاتورة التي أرسلتموها؛ فهل يمكنكم تخفيض التكلفة وتحديد بنودها؛ لأنكم لم تفعلوا أكثر من مجرد كتابة (x) على أحد العدادات، ونرى أن مبلغ عشرة آلاف دولار مبلغ مبالغ فيه جدّاً مقابل عمل بسيط لم يتجاوز اليومين..

وبعد أيام تلقى مدير المحطة ردّاً من الخبير: وضع علامة (x) تكلّف دولاراً واحداً، أما معرفة العداد الذي يجب وضع علامة (x) عليه فقد تكلّف (٩٩٩٩) دولاراً.

(نقطة التركيز لبراين تريسي)

خاطرة:

تستطيع بنفسك أن تضع (x) على موضع الألم وموضع العافية في الوقت ذاته: ﴿بَلِ ٱلْإِنسَٰنُ عَلَىٰ نَفْسِهِۦ بَصِيرَةٌ ۝ وَلَوْ أَلْقَىٰ مَعَاذِيرَهُۥ﴾ [القيامة: ١٤ ـ ١٥].

تحـذيـر

إذا لم تستطع أن تحدد موضع الخلل الذي
يجب أن تضع عليه علامة (x)، وتحدد في
المقابل شغفك وتخصصك ومهارتك وإبداعك
الذي يجب كذلك أن يوضع عليه علامة (x)..

وإلا سيطول انتظار الأفراح في مستقبلك!

كيف تركز؟



أين تضع الـ (x) في حياتك؟

• هذه القصة توضح أن أهم مبدأ من مبادئ النجاح **معرفة أين تضع علامة (x) في جوانب حياتك.. كل مشكلة في الحياة إذا لم تكتشف موضع الخلل الحقيقي فيها وإلا ستصرف جهوداً وفكراً ومالاً، ولن تتوصل إلى حل ينهي تلك المشكلة في واقعك.**

في مرات كثيرة لدينا خلل يتم من خلاله تسرّب كثير من الجهود والطاقات وضياعها، ونعيش زمناً طويلاً وهذا الخلل يستنزف طاقاتنا، ويهدر قوانا، ويضيع أكبر مقدراتنا، ولا ننجح في اكتشافه ومن ثم سد خلله واستثمار مقوماته إلا بعد الفوات!.



إن بنا ضرورة ملحة لهذه العلامة (x) لنكتشف أين مصدر الخلل الذي يحتاج إلى علاج؟ وأين مصدر القوة الذي يحتاج إلى تركيز؟ نحتاج أن نضعها على المكان الذي يبدد مقدراتنا وإمكاناتنا ودفع بها إلى الهوامش، ونحتاج أن نضعها كذلك على أهم ما يميِّزُنا عن غيرنا،

على أهم قدراتنا وطاقاتنا ومهاراتنا التي تجعلنا شيئاً مختلفاً في قادم الأيام.

- **السؤال المهم الذي يجب أن يجاب عنه بوضوح: ما الأخطاء والمشكلات والأمراض التي تحتاج منك أن تضع عليها (x)؟..**

يمكن أن تكون هذه الأخطاء والمشكلات هي وسائل التواصل الاجتماعي كمثال، ويمكن أن تكون مشكلة في إدارة وقتك بفاعلية، ويمكن أن تكون في وجود عادات خاطئة أهدرت جملة من الموارد الكبرى لديك.

- **والسؤال الآخر: ما القدرات والإمكانات والطاقات والمهارات التي تحتاج منك أن تضع عليها (x) لتعمل عليها وتقويها وتأتي منها على أمانيك؟** ما الفرص المتاحة التي لو وضعت عليها علامة (x) لفتحت لك آفاقاً كبرى في واقعك، ولصنعت لك مجد الدارين في مستقبل الأيام؟..



إن جهدك في تحديد المكان الذي توضع عليه علامة (x) بفاعلية يمكن أن يصنع لك فارقاً كبيراً، ويبني لك مجداً عريضاً، ويعينك على الإبداع والنجاح.

- إنني أذكِّرك بأن تتوقف هذه اللحظة وتجري فحصاً لمواردك الكبرى أين تذهب؟ هل هي في الفكرة ذاتها،

والمشـــروع والقضية التي تعيش لها، أو خـــارج إطار هذا المعنى بالكلية؟.

- **هذا المعنى لـــ (x) بحاجة أن نجـري تجربته على مواهبنا وقدراتنا وإمكاناتنا، وبحاجة أن نجريه كذلك على أوقاتنا ومشــكلاتنا، وبحاجة ثالثة أن نجريه على علاقاتنا الزوجيــة ووظائفنا وأعمالنا وقضايا المــال والصحة، وكل شـــيء يتعلّق بحياتنا، ويؤثّـــر على إنجازنـــا وإبداعنا في مستقبل الأيام،** حتى نكتشف من نحن؟ وماذا نريد؟ وكيف نبلغ آمالنا الكبرى في النهايات؟.

خاطرة:

تحرر من الوهم، تخلّص من الظنون، كن جادّاً في نقد ذاتك، فالحياة مرة واحدة لا تتكرر!..

* * *



كيف تركز؟

٤

تخلّص من الفوضى

• **إذا آمنت بذاتك، وأدركت تلك القدرات والمواهب والمهارات التي وهبك الله تعالى إياها، وأقبلت تريد بناء هـذه العادة فـي حياتـك؛ فلا بـد أن تتحـرر أولاً من المشتتات التي تعيش في ذهنك وتغرق مشاعرك وتحول بينك وبين التركيز.**

إن جزءاً من مشكلتنا أننا مستغرقون بالكلية في قضايا هامشية لا علاقة لها بالإصلاح والتغيير والبناء، وهي أشبه ما تكون بالفوضى العامة في مساحة يموج فيها الخَلْق، ولا غاية تنتظر من تلك الجموع.



إنني أقول وبكل صراحة: إن الجوال فقط، والواتس منه تحديداً ـ فضلاً عن بقية وسائل التواصل الاجتماعي ـ هو البطل الوهمي الذي أغرق مشـاعرنا بكل تافه، وصنع منا أفلاماً كرتونية، ودفع بنا للهوامش حتى مللنا أنفسنا فضلاً أن يملنا واقع أو مساحة أو مجموعة تنتظر منا الأفراح.

ماذا تنتظر من إنســـان يصرف من وقتــه ما يزيد على خمس ساعات بالحد الأدنى على الجوال كل يوم؟! وهذا الوقت المســـتقطع ينفد في أخبار العالم الوحشية والدماء، والظروف البائسة، والحالات الاجتماعية المؤلمة، وتفاهات الأخبار والقصص التي لا علاقة لها بشيء من الحياة سوى خلق الفوضى وشـــتات الفكر وتســـرّب موارد البهجة من قلوبنا وأوقاتنا ومشاعرنا!..

إذا أردنا أن نركّز فالخطوة الثانية لا بد أن نكون قادرين على رمي الجوال من أيدينا ولساعات طويلة، والتخلي عنه، والاســـتعلاء على إغرائه، واعتباره عدونا الســـارق لأعظم ممتلكاتنا في الحياة (الوقت).

- **إن القضية التي تخلقها وسائل التواصل الاجتماعي ليست مجرد القضاء على أعظم الموارد من حياتنا (الوقت) كلا! وإنما خلقت هذه الوســـائل شعثاً وفوضى عارمة في قلوبنا ومشـــاعرنا،** للدرجة التي أصبح الواحد منا إذاعة عالميـــة يســـتطيع أن يجيبك عـــن الأخبـــار والأحداث والحروب التي تجري في الدنيا كلها دون توقف، وقادر في المقابل أن يحلل لك كل شيء، وواقع كهذا كفيل بأن يقبرنا ونحن في مقتبل العمر.



فإن قلت: فإني لا أقوى على مثل هذا القرار، وطموحي أقل من أن يتفوّق على هذا الهامش الذي تذكره، وأريد أن أدفع بأهدافي التي أجـد لذتها وهتافها فـي قلبي دون أن أنقطع عن هذه الوسائل التي تحذّر منها..

فأذكِّرك بأن المسـألة كبيرة وخطيرة، وسـيطول طريق النهاية الذي تريده، وكان في إمكانك أن تقرّبه، وسـتحول بينك وبين الأفراح، وكان في إمكانك أن تصنعها، فإن أبيت إلا ما أردت فلا أقل من أن يكون مقابل كل سـاعة تركيز على هدفك ومشـروعك وقصة حياتك عشـر دقائق راحة واطلاع ومحاولة إعادة لحظات فرح، وفسحة لحياتك من غمرات المشروع إلى ما تستمد به روحك ومشاعرك وألقك من جديد.



خاطرة:

إذا تخلصت من جوالك لسـاعة في يومـك، ويوم في أسبوعك، وأسبوع في عامك؛ فلديك إرادة كافية لإعادة ترميم واقعك وبناء مستقبلك من جديد.

* * *

كيف تركز؟

٥

ما مشروعك العمري؟

• **الخطوة التالية في تعلّم عادة التركيز: أن تتعرّف على مشروعك وقصة حياتك وفصول عمرك من خلال ما يسمى بفكرة (مشروع العمر)**.. مهمة هذه الخطوة أن تحصرك في فكرة واحدة، ومجال محدد، وتخصص معين؛ بحيث تكون هي وجهتك كل صباح، وتعود منها مجهداً في نهاية كل مساء.

إن أكثر ما أضاع قدراتنا ومهاراتنا وإمكاناتنا أننا مشتتون لا ندري ما نصنع بالضبط، فتجد الواحد منا في مجالين أو ثلاثة أو أكثر، وليس له تخصص معين، ولا فكرة واحدة، ولا مشروع بعينه؛ كدفتر الكشكول الذي يصلح لكل شيء، ومثل هذا لا يمكن أن يصنع شيئاً بهيجاً مع الأيام.



إنك لو منحت نفسك بضع دقائق فقط لتتأمل في أكثر عادات الناجحين الذين تركوا بصمة، وصنعوا أثراً، وبنوا حضارة، وتركوا إرثاً للأمة؛ لوجدت أنهم ركزوا على مشروع واحد قضوا فيه أعمارهم، وصنعوا فيه تاريخهم

وحضارة أمتهم، ولا تستطيع هذه اللحظة أن تعطيني مثالاً واحداً لإنسان لا يملك مشروعاً وفكرة حية وترك إرثاً وصنع حضارة في واقعه!..

- **كل الكبار والمؤثِّرين وصُنَّاع الحياة دون استثناء أمسكوا بناصية مشروع وفكرة حية، وشغفوا بها وركزوا عليها حتى صنعوا منها مجدهم وتاريخهم**، وإني أقول لك وبكل ثقة: إذا لم تجد فكرتك الحية ومشروعك العمري؛ فلو قرأت ألف كتاب، وحضرت مئات الدورات، واطلعت على عشرات التجارب في التركيز؛ فلن تصنع جديداً، ولن يكون لك حظ من التاريخ.. فتمهّل!.

الكتب التي تقرؤها، والتجارب التي تحضرها، والدورات التي تشارك فيها قد تمنحك بعضاً من هذا المعنى في وظيفة أو برنامج أو قضية، ولكنها لا تخلق لك صناعة الأمد البعيد في أحلام الحياة!.



فإن أردت الجبل الذي تشرف منه على مجدك، والربيع الذي تقص فيه فصول أحلامك، فركّز على فكرة ومشروع وقصة حلم، ولا تبرح هذا المعنى حتى تجد ضالتك فتصدح في العالمين بحي على الفلاح! وفي هذا المعنى كتاب (مشروع العمر) يمكنك أن تقرأ تفاصيل القصة وتراتيل الحياة من هناك!.

خاطرة:

تأمل هذا الفارق بين اثنيـــن: الأول منهما: يصبح على عمل ويمســـي عليــه كل يوم لا يــكاد يتخلّــف عنه، والآخر: يجري في فلك أعمال كثيرة ومشاريع متعددة؛ فَمَنْ تتوقع أن يصل قبل الآخر؟ ومن ترى بأنه سيترك إرثاً ويصنع إنجازاً ويكتب فصولاً ممتعة في الحياة؟..

* * *



درس في شغف المشاريع

من أهم الأحداث المرتبطة بالموســوعة (موسوعة اليهود واليهودية والصهيونيــة) ما حدث أثنــاء الاجتياح العراقي للكويــت؛ إذ اكتشــفت أن مراجعــي وأوراقــي ونســخة الموســوعة الوحيــدة هناك فــي الكويت، ولــم يكن من الممكن أن أبقى في القاهرة بعيداً عن كل هذا غير عارف بما يحــدث لهذا الاســتثمار الفكــري، فقــررت أن أذهب للكويت؛ إما أن أمكث بجوار أوراق الموسوعة ومراجعها، وإما أن أحضرها معي إلى القاهرة، وكنت أقدم زوجتي قبل ســفري باعتبارها (أرملتي)، ثم قمنــا بالرحلة، ومكثت في الكويت أثناء الاجتياح زهاء ثلاثة أسابيع لم أتوقف أثناءها عن العمل في الموسوعة..

ثم اتفقت مــع مجموعة من الأصدقاء على اســتئجار تريلا (عربة نقل ضخمة) وضعت فيهــا كل الأوراق التي تخصني

(حوالي ثلاثين صندوقاً)، وركب أصدقائي سيارتهم، ونسيت أنا سيارتي من فرط فرحتي بالأوراق، وذهبنا إلى بغداد ومنها إلى الرشـــيد فالعقبة فنويبع فمصر الجديدة فـــي القاهرة، وقمت بتفريغ السيارة واستأنفت العمل في الموسوعة.

(عبد الوهاب المسيري في كتابه: رحلتي الفكرية)

كيف تركز؟

٦

كتابة الرؤية

• إذا اســـتطعت أن تحـــدِّد مشـــروعك، وتعثر على فكرتك الممتعة في الحياة، وتجـــد المجال والتخصص والفن والمهارة التي تناســـب قدراتـــك وإمكاناتك؛ فقد بنيت قاعدة هذه العـــادة، ويمكنك الآن أن تشـــيّد عليها أحلامك، وتبني عليهـــا آمالك، وتبـــدأ قصتك وفصول المجد الكبرى في حياتك.

اكتب الآن (الرؤية) لمشروعك، ماذا تريد أن تحقق في هذا الفن والمجال والتخصص والفكرة والمشـــروع خلال الخمس سنوات القادمة؟.



إن وجود الفكرة والمشروع في حياتك شيء، وصناعة الرؤية لها شيء آخر. المشروع لا يمكن أن يأخذ حظه من النمو والتفوّق وقطع المسافة الكافية من أحلام صاحبه إلا حين تكون له رؤية تجبر صاحبها على التشـــوّف لنهاية حلم، وتحملـــه بعد ذلك على الركـــض إلى ذلك الحلم بكل ما يملك.

كثيرون يملكون حلماً، ولديهم فكرة ممتعة، ويجدون استمتاعاً في الطريق إليها، ولكنهم في المقابل لا يعرفون متى يصلون لأحلامهم، ويعانقون تلك النهايات، ويكتبون قصة الفرح التي يعيشون لها في قادم الأيام، ومثل هؤلاء يطول طريق أحلامهم ولا يجدون في النهاية شيئاً يستحق الفرح، وتذهب أيامهم مع ما فيها من خير وإنجاز لكنها ضعيفة لغياب الرؤية فيها! ولذا كان من الفقه والوعي أن تكتب رؤية المشروع من البداية، وأن تسير بعد ذلك في فلكها كل لحظة فضلاً عن كل يوم وأسبوع وشهر وعام.

- **الرؤية التي نتحدث عنها هي نهاية طريقك، وآخر خطوة في مشروعك**، ولحظة الوصول التي يهتف بها المشتاقون في الحياة للأحلام، وهي التي تجعلك في مأمن من الشتات، وتعينك على التركيز على تحقيق أحلامك.

- في هذه المساحة يمكنك أن تدوّن مشروعك وترسم رؤيتك النهاية فيه لخمس سنوات قادمة من عمرك:

- مشروعي هو: ....

- رؤية المشروع للخمس سنوات القادمة: ....

....

....

• فإن قلت ماذا تقصد بالرؤيــة؟ وكيف أكتبها؟ وماذا أصنع فيها؟

- **فالرؤية:** هي النتيجة النهائية لمشــروعك بعد خمس سنوات أو عشر أو أكثر من ذلك أو أقل.

- **فصاحب المشروع العلمي** مثلاً يمكن أن يرسم رؤيته على عشر سنوات قادمة من عمره؛ خمس منها للتأصيل في علوم الشريعة كلها لبناء قاعدة في كل فن من فنون العلم في علوم المقاصــد (التوحيد، والتفســير، والحديث، والفقه، والســيرة)، وقواعد في علوم الآلة (كالنحــو، والأصول، وقواعد الفقه، وقواعد التفسير، والمصطلح)، وتكون الرؤية ضبط هذه الأصول والقواعد خلال الخمس سنوات القادمة من عمره، فإذا ما عني بذلك وأتمه وضبطه تخطّى بعد ذلك إلى رؤية الخمس سنوات الأخرى؛ وهي التخصص في فن من فنون تلك الأصول (التوحيد، أو التفسير، أو الحديث، أو الســيرة)، ومن ثم عني بالأصل الذي اختاره وركّز عليه خلال هذه الخمس حتى يكون مؤهَّلاً فيه للإبداع والإنتاج.



- **وصاحب المشروع الإعلامي** كذلك ينبغي أن تكون له رؤية خلال الخمس ســنوات القادمة من عمره، يعتني فيها ببعض علوم الشريعة كحد أدنى تعتبر أصول وقواعد ضابطة له من الانحراف في مستقبله الإعلامي، ثم يأخذ قسطاً كافياً

من الجانب الإعلامي ككل، ثم يتخصص بعد ذلك في فن واحد من فنون هـذا المجال (التقديم مثـلاً، أو المونتاج، أو التصميم، أو التصوير، أو غيرها من التخصصات الدقيقة التي تجعله مؤهلاً وقادراً على الإنتاج والإبداع بعد ذلك).

- **وصاحب المشـروع الطبي، والاجتماعـي، والفني، والتربوي** كذلك؛ ينبغي أن يعتني كل واحد منهم بتسجيل رؤيته النهائية التي يحلم بتحقيقها في مستقبله، ويصنع لها أثراً في واقعه، ويكتب بها حظه من الحياة.

• **إن هذه الرؤية قد تأتي مع الطالب في باكر عمره وهو طالب**، ولا يتخرج من الثانوية إلا وهي واضحة لديه، وكان قادراً لحظتها على اختيار المشروع المناسب، وكتابة الرؤية الكفيلـة بتحقيقها مع الأيـام؛ كأن يدخل الإنسـان الطب ورؤيته أن يكون طبيب أسنان أو باطنة أو قلب ونحو ذلك، فتجده يحـرص على كل ما يجـده في الطريـق من كتب وأبحـاث، ويحضر كل مؤتمـر أو لقاء في هـذا الجانب، ويسمع كل لقاء في هذا الطريق، ويلتقي بالأطباء في ذات التخصص لا ينصرف إلى غيرهم مهما كان.



ومثل ذلك طالب الهندسـة، والعلم الشرعي، والذي يريد أن يتخصص فـي العربية أو الاقتصـاد أو الاجتماع كذلك، أو حتى الذي يريد أن يتملّك مهارة من المهارات،

أو يتخصص في مجال من المجالات، أو فن من الفنون، أو تخصص من التخصصات.. لا فرق.

- **وقد تتأخر هـــذه الرؤية فلا ينجـــح الطالب في باكر عمره في تحديد تخصصه**، وقد تختلـــط لديه الأمور، وقد يتخرج في تخصص لا يحقق له الشغف، ولا يبعث همومه ومشـــاعره، فينبغي له ألا يضجر ويقول: لم يعد ما يصلح للحياة! بل عليه أن يبدأ باختيار مشروعه القادم الذي يوافق همومه ومشـــاعره وإمكاناته ومهاراته وقدراته، ثم يصنع له الرؤية التي يحلم بها، وسيأتي بإذن الله تعالى على صناعة تلك الآمـــال.. وكم من هؤلاء من جاء متأخـــراً ولكنه فاق المتقدمين من خلال جديته وجهده وحرصه وقناعته.

خاطرة:

الذي لا يملـــك رؤية كالـــذي رتّب حقائبـــه وودّع أهله واستقل سيارته ولكنه لا يدري أين يريد؟ لقد سافر كما يســـافر كثيرون ولكنه في الحقيقة لم يحقق شيئاً، عاد تائهاً كما يعود كثيرون! وآخر كان يعرف من أول يوم في عامه أنه في هذا اليوم سيســـافر إلى بلد معين ولغرض محدد مرتب، وأخذ كل ما يلزم لتحقيق تلك الغايات!.



* * *

كيف تركز؟ ٧

تحديد الأهداف

• حين تصل إلى هذه الصفحة فالمفترض أنكَ **انتهيتَ من تحديد مشـــروعكَ العمري وفكرتكَ الممتعة، وتعرَّفتَ على مجالك وتخصصك** الذي تريـــد أن تركّز عليه ما بقي من عمرك، وتريد في المقابل أن تُعْـــرَف به فيمن حولك، وأن تُذْكَـــرَ به بعد رحيلك على ذكريـــات صاحب الأحلام ﴿وَٱجۡعَل لِّي لِسَانَ صِدۡقٖ فِي ٱلۡأٓخِرِينَ﴾ [الشعراء: ٨٤]، وتريد قبل هذا وذاك أن تجري به الحياة في واقعك.

والمتوقع كذلك أنـــك **كتبتَ رؤيةً له خلال عشـــر أو خمس ســـنوات قادمة، وعرفتَ نهايةَ ذلك المشروع، وآمالَ تلك الفكرة الممتعة في مستقبلك.**



فإذا بلغت هذه الموطن، وقطعـــت هاتين المرحلتين؛ فمن الضروري أن تبدأ المرحلـــة الثالثة؛ والتي هي **تحديد الأهداف** التي يجب أن تنتهي منها كل يوم، وهي في النهاية تقطع مســـافة كافية من رؤيتك وحلمك، وتصلك بالنهاية التي تنتظرها مع الأيام.

كتابة الرؤية شيء ملهم للحياة، وحافز على التحدِّي، ويطلق فينا روح النهضة للبناء، ولكن إن لم يكن لها أهداف مرحلية تَقْطع منها جزءاً كل يوم؛ وإلّا صارت رؤية لا قيمة لها في النهاية.. والأهداف هي الطريق إليها، والأماني التي تبعث الأشواق إلى تحقيقها، وحياة لا هدف فيها لا معنى لها، وكم من هدف أذاق صاحبه لذائذ المجد في الدارين!..

- **الهدف نصف المعركة، والجهاد في سبيل تحقيق ذلك الهدف هو النصف الآخر لتلك المعركة**، ورؤية لا تملك هدفاً يأخذ منها قسطاً كافياً كلَّ يوم لا قيمة لها في واقع صاحبها! قال أحدهم ذات مرة: من يستطيع أن يأكل جملاً؟ فاعتذر الحاضرون عن هذه المهمة بإجماع، ثم قال: يستطيع كلُّ واحد منكم أن يأكل جملاً بمفرده؛ وذلك إذا قطّعه وقسّمه على مراحل، وجعل منه كل يوم قسطاً مناسباً للأكل، سيأتي في النهاية إلى تمام تلك القصة، وسيكون الجمل لا شيء. هذه القصة بالضبط تصلح مثالاً عمليّاً لعمل الأهداف في الرؤية.



- **إذا حددتَ رؤيتكَ فاكتب لها أهدافاً تأخذ منها كل يوم مسافة كافية لقطع ذلك الطريق الطويل..** فإذا كان مشروعك علميّاً ورؤيتك فيه أن تكون طالب علم مميز في الفقه مثلاً؛ فتحتاج أن يكون لك وِرْدٌ ثابتٌ من القراءة في كتب العلم عامة، ووِرْدٌ في كتب الفقه وأصوله وقواعده على

وجه الخصوص.. ومثل ذلك طالب علم الحديث أو التفسير أو السيرة.. وقل مثل ذلك إذا كان مشروعك تربويّاً أو إعلاميّاً أو اجتماعيّاً أو ماليّاً تحتاج أن تتعرّف على رؤيتك التي نصبت الطريق إليها، ثم تصنع من الأهداف ما يحققها في النهاية؛ سواء كانت هذه الأهداف ما يتعلّق منها بتأهيل الذات، أو إدارة المشروع.

ويُستحسن أن تكون هذه الأهداف، منها ما يكون على مدار عام تجعلها في حاسوبك الشخصي أو جوالك أو في أي مفكرة من المفكرات التي تتمكن من الاطلاع عليها حين تحتاج النظر إليها؛ فإذا ما فرغت من كتابة أهداف العام يمكنك بعد ذلك أن تنزل منها الأهداف الأسبوعية واليومية، ويمكنك أن تطلع على قضية الأهداف وكيف تكتبها في مجالك الذي يعنيك، وكيف تجعلها على عام وشهر وأسبوع ويوم في كتابي (قصة حلم: التخطيط الشخصي وإدارة الأولويات) فهناك ستجد شرحاً وافياً لفكرة الخطة والأهداف التي تبلغك تلك الرؤية.



إن مهمة هذه الأهداف السنوية والأسبوعية أن تكون ضابطة لسيرك تعينك على التركيز على ذات المهمة والهدف التي من شأنها البلوغ بك إلى نهاية مشروعك وحلمك وأملك الكبير في الحياة.

• من أضخم مشكلات واقعنا اليوم أن لديه من الصوارف ما يكفي لإشغالك وضياع حلمك، وما لم تكن لديك أهداف واضحة تلزمك بأن لا تفارقهـــا كل يوم، وإلا ألقت بك هذه المشتتات والصوارف في قارعة الطريق دون شيء.

خاطرة:

الهدف كالذي لديه مهمة كســـر صخرة كبيرة، أو قطع شجرة عظيمة، أو حفر بئر عميقة؛ تجده يخرج في كل صباح فـــي ذات المهمة، وما يـــزال عليها حتى غروب شـــمس يومه، ثم يعود.. وهكذا كل يوم حتى تتحطّم تلك الصخرة، وتتقطّع تلك الشـــجرة، وتصل تلك البئر إلى عمق الماء.

* * *

كيف تركز؟

٨
إدارة الأولويات

• تَكوّن لديكَ حتى الآن **ثلاثة** مقومات من **أعظم ما يعينك على التركيز؛ وهي (المشروع، والرؤية، والأهداف)**، وأصبحتَ تملك **خطة أسبوعية** تمضي في فلكها وتسير في ربوعها، وإذا كنتَ جادّاً وحازماً وكبيراً لم تستطع كل المغريات التي حولك أن تنزعك منها مهما بلغ شأنها وعظم أثرها.

إن الذي يملك مشــروعاً، ولديه فيه رؤية خلّابة، وعنده أهداف تسير به في فلك تلك الرؤية؛ ســيأتي يوم النهاية وإن طال، والتاريخ شــاهد عيان، وكل الذين نجحــوا في حياتهم وكتبوا تاريخاً وسطروا مجداً وتركوا أثراً وإرثاً هم أولئك الذين ضبطوا هذه المعاني الثلاثة (المشروع، والرؤية، والأهداف).



• فإذا ما بلغت هذه المسافة الرائعة جدّاً في خلق هذه العادة (عادة التركيز)؛ كان لزاماً عليك أن تحاصر نفسك كلَّ يوم وقبل بداية العمل في أي هدف من الأهداف المكتوبة في مفكرتــك بهذا الســؤال: **(ما أهم ثــلاث أولويات في أهدافي يجب ألا ينتهي يومي إلا بإتمامها؟)**.

إن الأصل أن تنتهي كل قائمة الأهـــداف المكتوبة في مفكرتك كل يوم، وألّا تأتي إلى فراش نومك إلّا وقد كفّنت هذه الأهداف بالكلية.. ولكن من المعلـــوم أنْ ثمة ظروفاً تعرض لكل إنسان تمنعه من كل الأهداف التي دوّنها أو من تمامها، فوجود أولويات تبدأ بها صباح يومك وتنتهي منها أولاً وتأتي على آخرها من الفقه والوعي بمكان؛ حتى إذا ما عرض عارض أو منع مانع في منتصف أو نهاية يومك إلا وتكون قد انتهت أهم تلك الأهـــداف والأولويات، وإنني أقول لك وأتحمّل ما أقوله في هذه المساحة: **إياك أن تبرح هذه الأولويات في حياتك ولو تخطّفتك الظروف والعقبات والأحداث من كل جانب.**

- **من أعظم صفات الكبـــار: أنَّ لديهم أهدافاً في كل يوم، ومن أرقى صفاتهـــم: أنهم يعرفون أهم ثلاثة أهداف من تلك القائمة الموجودة في مفكراتهـــم**، ومهما بلغت المواعيد والالتزامات التي تصبـــح معهم في كل يوم إلا أنهم لا يســـمحون لشـــيء أن يأتي مبكراً قبل بداية تلك الأولويات.



وفي علم الإدارة قاعدة (٨٠٪٢٠٪) ومفادها: ركّز (٨٠٪) من جهودك على (٢٠٪) من أهدافك، وســـتحقق في النهاية (٨٠٪) من النتائج.

• **إن الأصل أن تكون لدى كل إنسان خطة لحياته، وأهداف أسبوعية، ومن شروطها: التوازن في المجالات الستة أو السبعة** (المشروع، والدور الإيماني، والفكري، والأسري، والاجتماعي، والصحي، والمالي)، وإذا كان كذلك فينبغي أن تكون أهداف المشروع هي أهم أولوياتك، وهي التي يبدأ بها في كل صباح قبل أي هدف من أهداف المجالات الأخرى، إلا ما كان يجري في فلك الجانب الإيماني؛ فذلك مورد الحياة ولا يتعارض مع أي جانب آخر.

هذا المعنى كذلك يجب أن يجري حتى في أهداف المشروع ذاته؛ ينبغي أن تكون فيه أولويات تبدأ بها قبل غيرها، فلو كان طالب علم متخصص في الفقه ولديه جملة من القراءات والمحفوظات في العلم كالعقيدة والتفسير والحديث والسيرة؛ فيتحتم عليه أولاً أن يبدأ بما يتعلّق بالفقه وأصوله وقواعده قبل أي قراءة أخرى.



وهذا الفقه (أعني فقه الأولويات) هو فقه التركيز، وهو البالغ به للنهاية، والباعث للأشواق.

• **تعلَّمْ إذا بدأت في أولوياتك ألا تستجيب لأي عارض**، واصنع كما كان يصنع أحد المديرين؛ كان أول ما يدخل مكتبه يضع ضفدعاً من البلاستيك، ويبلغ موظَّفِيه

أن هذا يعني ألا تقاطعني مهما كانت مشكلتك.. ويمكن أن يجري هذا حتى مع أهلك وولدك وأهل بيتك (أعني فيما لم يكن من الضروريّات).

- **سأدلك على ثلاثة حلول عملية تطبيقية لإنجاز أولوياتك كل يوم:**

- **أولها**: أن تعرف ما هي أولوياتك فعلاً، وذلك بكتابتها قبل نومك أو في صباح يومك.

- **ثانيها**: أن تتدرب على البدء بها، ولا تسمح لنفسك أن تبدأ بغيرها مهما كانت أثقالها على نفسك في بداية الطريق.

- **ثالثها**: إذا كانت الأولوية كبيرة وثقيلة فقسّمها إلى أجزاء صغيرة، ثم ابدأ بإنجاز كل مهمة لوحدها حتى تأتي على نهايتها بالكلية، فإذا لم تستطع أن تقسمها فيمكنك أن تقسّم الوقت عليها؛ بمعنى تعمل لمدة عشرين دقيقة ثم تأخذ فترة راحة قصيرة أو مكافأة بسيطة أو شيء تتسلى به، ثم تعود لها عشرين دقيقة أخرى وهكذا.



في أوقات الذروة والعمل على الأولويات الكبرى أقْفِلْ جوالك بالكلية، وارمه في مكان بعيد عنك، وتدرَّب ألا تفتحه إلا بعد الانتهاء من تلك الأولوية التي في يدك، ومثل

ذلك تصفح النت، أو مشـــاهدة التلفاز، أو الاســـتماع لأي مشكلة، أو التوقف لأي عارض من عوارض الطريق.

خاطرة:

في بدايــة يومك كُلِ الضفـدعَ الحيَّ! لأنـك إذا أكلته تســتطيع أن تتم يومك دون أن يحصل لك أســوأ من ذلك المشهد في يومك كله (أولويّاتك وأصعب مهامك هي الضفدع الذي يجب أن تلتهمه في الصباح الباكر).

* * *



فـائـدة

روى ابن عبد البر في (جامع بيان العلم وفضله):
عن يونس بن يزيد، قال: قال لي ابن شهاب الزهري: (يا يونس لا تكابد العلم، فإن العلم أودية؛ فأيها أخذت بك قطع بك قبل أن تبلغه، ولكن خذه مع الأيام والليالي، ولا تأخذ العلم جملةً؛ فإن من رام أخذه جملة ذهب عنه جملة، ولكن الشيء بعد الشيء مع الليالي والأيام).

وكان ابن شهاب الزهري يقول:

إنما العلم حديث وحديثان!

اليوم شـيء وغـداً مثله ... مـن نخـب التـي تُلتقط

يـحـصّـل الـمـرء شيئاً ... وإنما السيل اجتماع النقط

كيف تركز؟

٩

أدْوَمُه وإنْ قَلَّ

• **هذه أربعة مقومات: (المشروع، والرؤية، والأهداف، وإدارة الأولويات) من أعظم ما تبني عادة (التركيز) في حياة صاحبها**، وهي بالغة به للنهاية، إن استطاع أن ينتظم في فلكها، ويسير في طريقها، ويلتزم بأحداثها كل يوم، وهي أول الأمر ورأسه وذروة سنامة، وما وُجِدَتْ في حياة إنسان إلَّا أوردته آماله ولو بعد حين، وما تخلّفتْ عن إنسان إلَّا وألقت به في هوامش الضياع.

• مما يعين على التركيز تمثّل القاعدة النبوية: (**أدْوَمُه وإنْ قَلَّ**)، وإني ناصحك نصيحة محبٍّ؛ إياك والتفريط فيها، ومذكرك أن كل الذين تخلفوا في مشاريعهم وأخفقوا في بلوغ أمانيهم هم الذين أخلوا بها وندموا عليها ولكن بعد الفوات.



قرأ أحدهم كتاب (سير أعلام النبلاء) ثلاثة وعشرين مجلداً، و(مسند الإمام أحمد رحمه الله تعالى) في أربعة وثلاثين مجلداً من خلال الالتزام بعشرين دقيقة قبل أن ينام.

ومن التزم بقراءة خمس عشــرة دقيقة كل يوم بمعدل عشــر صفحات اســتطاع في نهاية العام أن يقرأ اثني عشر مجلداً كل مجلد (٣٠٠) صفحة.

والتزمت مجموعة من طلاب العلم بقراءة في (الشرح الممتع) للشــيخ ابن عثيمين رَحِمَهُ ٱللَّهُ لمدة ســاعة أو ســاعة ونصف؛ وانتهت منه في خلال سنتين ونصف.

- يقول أحدهم: ذات مرة قبل (٢٢) عاماً تعلَّمْتُ درساً مهمّاً في صناعة النجاح، وهو أن **النجاح لا يتعلق بالكمية بقدر ما يتعلّق بالاســتمرارية، لا يتعلّق بالمجهود الضخم والهدف النهائي بقــدر ما يتعلّق بخلق عادة يومية ســهلة تستمر معنا طول العمر.**

قَرِّرْ خَلْقَ عادة يومية ناجحة دون أن تحمل همَّ النجاح ذاته.. لا تشغل بالك بحفظ القرآن كاملاً، بل بحفظ نصف صفحة في كل يوم.. ولا تشغل بالك بالحصول على جسد رشيق، بل بتخصيص نصف ساعة يوميّاً لممارسة الرياضة.. لا تشــغل بالك بإتقان علم من العلوم، بل بقراءة عدد من الصفحات في هذا العلم.. لا تفكّر بعمل رجيم أو خســارة (٣٠) كيلاً خلال شهرين، بل بخلق عادات غذائية صحيحة تستمر معك طول العمر.



فالعمر ببساطة يمضي بســرعة، وحين تستمر وتداوم

على أي عادة ناجحة ولو كانت قليلة؛ ستتفاجأ بعد عام أو عامين ليس فقط أنك حققتَ هدفك، بل وتجاوزتَه بأشواط عديدة، الأمر الذي سيفجؤك أنت شخصيّاً قبل أي إنسان آخر.

لنفترض أنك قررتَ تخصيص ساعة يومية لفعل ثلاثة أشياء أساسية: ربع ساعة لحفظ القرآن، ونصف ساعة لرياضة المشي، وربع ساعة لقراءة كتاب.. بعد سنوات قليلة ستتفاجأ بحفظ القرآن، وامتلاك جسد رياضي، وقراءة عشرات الكتب.. وكلها ساعة من نهار لا تقارن بضياع (٢٣) ساعة من يومك. اهـ.

- (**أدْوَمُه وإنْ قَلَّ**) من أكثر الحقائق صدقاً في واقعك، وأكثرها إنجازاً وواقعاً في مستقبل عمرك، وقد رأيت أن الماء على لطافته وقلَّته يخرق حجراً أصم وهو لا يجاوز قطرات.



إن التزام هذا المعنى دون انقطاع سيعلمك معنى كبيراً في التركيز، وستبلغ هدفك دون عناء.

إذا قررت شيئاً ما في حياتك، وتودُّ إنجازه؛ فلا تنشغل بكثرته، وإنما ضعه هدفاً وأولوية، وقلل كميته، واستمر على قطع المسافة التي حددتها فيه، وسترى كيف تبلغ

هدفك، وتصل إلى أمانيك، وتأتي على نهايات ذلك الحلم الكبير في يوم ما.

وقد قال الشوكاني رَحِمَهُ ٱللَّهُ تَعَالَىٰ في معرض حديثه عن السيد علي بن إبراهيم بن أحمد بن عامر الشهير (١١٣٤ ـ ١٢٠٧هـ): وكنت أعجب من سرعة ما يتحصّل له من التأليف مع شغله بالتدريس، فسألتُه بعض الأيام عن هذا، فقال لي: إنه لا يترك النسخ يوماً واحداً، وإذا عرض ما يمنع فَعَلَ من النسخ شيئاً يسيراً ولو سطراً أو سطرين. قال الشوكاني رَحِمَهُ ٱللَّهُ تَعَالَىٰ: فلزمت قاعدته هذه، فرأيت في ذلك منفعة عظيمة. اهـ.

خاطرة:

المشكلة التي لدى كثيرين ليست في نقص المعرفة، ولكن في القدرة على تحويل تلك المعرفة إلى واقع تطبيقي، والقدرة على الاستمرار على ذلك التطبيق حتى بلوغ النهاية.



تعريف التركيز

قال لي: أنا الآن في سورة الإسراء تحديداً
(الختمة الثانية) من خلال إمامتي بالناس في
مسجدي في صلاتي المغرب والعشاء فقط!

(واحدة من الروايات الممتعة للحكمة النبوية:
أدْوَمُه وإنْ قلَّ)

١٠

تعلّم أن تقول: (لا)

• **واحدة من أكثر القضايا أثراً في خَلْق عادة التركيز في حياتـــك: أن تتعلّم أن تقول: (لا) لكل عـــارض لأولوياتك مهما كان إلحاح ذلك الطلب في واقعك.**

إن جزءاً من مشـــكلتنا أننا نكتب أهدافاً ثم نقتلها في مرات كثيرة بالاســـتجابة للطوارئ العارضـــة، وتتحوّل في النهاية هذه الطوارئ إلى أولويات، وتعود أهدافنا وأولوياتنا الأصل إلى هوامش والهوامش هي الأصل.

إننا حين نقبل كل شـــيء، ونســـتجيب لكل عارض؛ نصبح في النهايـــة أدوات للآخرين يســـيّروننا في الطريق الذي يريدون ولو كان على حســـاب مشـــاريعنا وأهدافنا الكبرى.



تعلّم في كل مرة تلقى فيها دعوة من أحد من الناس أو طلب شـــيء ما أن تقول: ســـأنظر جدولي أولاً. ولا تجعل سؤاله يضطرك للجواب العاجل بنعم أو لا، عوّده الانتظار

والصبر على نجاح مشاريعه، وأن يترك العجلة جانباً، وعلّمه من خلال هذا المعنــى أن أوقات النـــاس لا يتطفّل عليها بســهولة، وأنك إذا جئت متأخراً فعليك أن تتحمّل تأخرك ولا تجهض أحلام الناس بعجلتك.

إن هذه الرســالة المؤدَّبــة منك: (ســأنظر جدولي) تجعلك تضع (نعم) في مكانها اللائق بها، وترى موقعها في المكان الأنسب، ولا تصادم بها مشاريعك، ولا تعجل على إقحام نفســك في مكان أو موقع أو موعد أو عمل يجهض أولوياتك، ويتوسع على حساب أهدافك المدونة في خطتك.

- **حين تتعلم كيف تقول: (لا أستطيع، ومشغول، ولدي موعد سابق)؛ تُعلّم الناس احترام قضية الوقت، وتدلُّهم على فضيلته، وتعينهم على الترتيب والتنظيم فيما يســتقبل من أيامهم.**



إننا حين نقول لك: تَعلّم أن تقــول: (لا) لا يعني هذا دعوتك للأنانية، وتخليك عن فضيلة العطاء، ورفضك لكل مشــاركة يمكن أن تصنع لك مستقبلاً مع الأيام، وإنما هي دعوة لاحترام وقتك وأهدافك وأولوياتك، ويمكن بعد ذلك أن تقضي حاجات الناس وأولوياتهم وأهدافهم في الأوقات الفارغة من أهدافك الكبرى ومشاريعك ذات الأولوية.

- **التركيــز يعلِّمنا النضال من أجــل الأهداف والأفكار التي نعيش من أجلها حتى لو كلفنا أن نعتذر عن كل شيء.**

إننا في مجتمعات تقــوم فيها عادات كثيرة تســتهلك وقتك، وتفقدك التركيز، وتضيع أثمن مواردك في الحياة.

ويمكن للإنسان أن يشارك في حدود الواجب الشرعي، وأن يستلَّ نفسه من كثير من ركام العادات التي لا تبقي لك في الحياة شيئاً ثميناً مع الأيام.

خاطرة:

حين تتفاعل مع كل طارئ وعلى كل ســؤال وحول كل حدث؛ تصلــح أن تكــون موظفاً فــي الطوارئ العامــة، أو على أحــد كبائن الاتصــالات، ليس من شأنك الأهداف الكبرى!..



* * *

رسالة للحياة

نجحتُ إلى حـــدٍّ كبير في توظيــف المال بـــدلاً من أن يوظِّفني، فلم أضطرَّ قطُّ إلـــى أن أقوم بعمل يتناقض مع مشـــروعي الفكري أو يعوقه، ولم أعمـــل إلَّا في وظائف أقوم بتوظيفها لخدمته؛ فكنتُ أقوم بإلقاء محاضراتي في كلية البنات، ولم أزد (إلَّا محاضرتيـــن إضافيتين أو أربعاً كنت أقبل تدريســـها منتدباً في كلية الآداب حتى أخرج من نطاق كلية البنات)، وقـــد نجحت في أن تكون هذه المحاضرات جزءاً من مشروعي المعرفي.

وقد اخترتُ محال إقامتي عبر الشـــارع من كلية البنات؛ بحيث لا أضيع أي وقت في الانتقال.

ولم أشغل قط أي منصب إداري من أي نوع طيلة حياتي؛ فلم أعمل رئيساً للجنة أو لقسم أو وكيلاً أو عميداً لكلية، وقد عملتُ مستشـــاراً ثقافيّاً للوفد الدائم بجامعة الدول

العربية لدى هيئـــة الأمم المتحدة فـــي نيويورك، ولكن وظيفتي كانت مجرد إطار لتحقيق مشـــروعي المعرفي، وحينما عُرض علـــيّ أن أعمل في هيئة الأمـــم المتحدة براتب ضخم؛ آثرتُ البقاء في وظيفتي والتضحية بالراتب الضخـــم؛ لأن الوظيفـــة الجديدة كانت ستســـتوعب كلَّ وقتي، كما أنها تتعارض كليّاً مع مشروعي.

(عبد الوهاب المسيري في كتابه: رحلتي الفكرية)

كيف تركز؟

١١

التدريب والممارسة (أ)

• **واحدة من آليات التركيز: أن تتعلَّم هذه الفضيلة وتتأهَّل في الإبداع فيها، فإن جُلَّ الأعمال إن لم يكن كلها تحتاج إلى تدريب وممارسة شاقة في مرات كثيرة، حتَّى تضبطها وتتحوّل مع الأيام إلى فن وإبداع.**

وقد جرت العادة أن كل شيء أعطيتَه وقتَك، ومنحتَه فكرك ومشاعرك؛ تكون بطلاً فيه مع الأيام.

وأبعد من هذا ما ذكره ابن كثير رحمه الله تعالى حين قال: (لقد أجرى الله الكريم عادته بكرمه: أن من عاش على شيء مات عليه، ومن مات على شيء بُعث عليه).

• **التدريب والممارسة تخلقُ لك عادة مع الزمن، وتكون شيئاً مقدساً في حياتك مع الأيام**، يمكن أن نخلق عادة القراءة من خلال قراءة نصف ساعة يوميّاً، أو حتى ربع ساعة غير قابلة للانقطاع وتزيد مع الأيام، ويمكن أن يكون ذلك التدريب من خلال بناء عادة التخلِّي عن الجوال والاستعلاء على فضوله من خلال الخروج من المنزل وتركه



فيه لمرات، حتى تتأهَّل العــادة للصمود، ويمكن أن يكون التدريب على المرابطة على ورد القرآن حفظاً ومراجعة بعد صلاة الفجر إلى الشروق في المســجد، ويمكن أن يكون ذلك مــن خلال فــرض ســاعة أســبوعية لزيــارة الرحم لا تتخلّف مطلقاً، حتى تتأهَّل وتصبح عادة لا تقبل التغيير، وهكذا في كل مرة يمكن أن نمارس ونتدرَّب ونتأهَّل لبعض القضايا من خلال التكــرار والممارســة والتدريب، حتى تصبح جزءاً منا، وعادة لا نتخلّف عنها على الإطلاق.

- **إن عادة التركيز تنشأ في مرات كثيرة من إبقاء وعيك في مكان واحد لمدة طويلة.** تعلَّمْ في كل مرة ألَّا تنشــغل بأكثر من عمل، وأن تركّز على مهمة واحدة حتى تأتي منها على النهاية، ومثل هذا الفعــل يخلق لك وحدة في الفكر، وتسلم من خلاله من الشتات، ويوجّه طاقاتك باتجاه هدف محدد ومركَّز، حتى تبلغ منه أمانيك.



وقد جربتُ في حياتي هذا المعنــى خاصة في التأليف، وخرجت منه بفوائد كبيرة تفوق في مــرات كثيرة الوصف، فغالب كتبي هي نتيجــة لهذه الفضيلة؛ فكتــاب (ابدأ كتابة حياتك) أصــل فكرته وســطوره لم تتجاوز العشــرة الأيام، وكتاب (في ظلال الســيرة النبوية) لم أغمد قلمي منه حتى بلغت منه المقصود، وأعظــم الذكريات وأتمهــا نعمة عليّ

كتابي (رحلة تدبر) للقرآن الكريم كاملاً تم في حدود ستة أشهر متوالية؛ تبلغ ساعات العمل في اليوم الواحد ثلاث عشرة ساعة لا أقوم منه إلا إلى صلاة أو طعام، حتى كتب الله تعالى له التمام للدرجة التي أنهيت بعض سور القرآن وأنا في المطار، وبعضها وأنا على متن الطائرة، وثالثة وأنا في الطريق العام، وتمَّتْ كتابة المقدمة لذلك المشروع وأنا على سفر في انتظار وجبة إفطار في أحد المطاعم في ذلك المكان.

وما زلتُ بحمد الله تعالى أنهي جملة كبيرة من مشاريعي من خلال هذا المعنى، وتمرُّ بي لحظات في هذه الفضيلة لا أستطيع أن أرتب مكتبتي، أو أنقل كتاباً من طريقي، أو أصنع شيئاً.. حتى لا يأخذ وقتاً مني.

وإذا أراد الإنسان شيئاً صنعه، وإذا تعلق قلبه بفكرة أو مشروع أتى إليه بكل ما يمكن، وصنع فيه التحديات.



خاطرة:

اخلق لك عادة إيجابية في زمن قصير (كربع ساعة أو ثلث ساعة)، وضع لها تاريخ بداية، ثم اجعلها أصلاً في حياتك لا يتوقف لشيء، ولا يستسلم لعارض، وحدثنا في نهاية عامك الأول عن تجربتك الأولى في التدريب والممارسة بإمعان.

١٢

التدريب والممارسة (ب)

• إن تكـــرار طالب العلم مثلاً لـــ (الأربعين النووية)، و(بلوغ المرام) أعْوَدُ عليه ألف مرة من الانشـــغال بالوحي كله.. والتزام كتاب واحد وتكرار قراءته في فن من الفنون أعْوَدُ على صاحبه من قراءة عشرات الكتب في ذات الفن.

وفي سير الكبار من هذا المعنى ما يفوق خيالك:

- قال إسماعيل بن يحيى المزني: قرأتُ كتاب (الرسالة) للشافعي خمس مئة مرة.

- وحدّث ســليمان بن إبراهيم الديــن العلكي: أنه قرأ (صحيح البخاري) أكثر من خمسين مرة.

- وأخبر محمد بــن عبد الله بن صالح بكــر الأبهري الفقيه: أنه قرأ (مختصر ابــن عبد الحكم) خمس مئة مرة، و(الأسدية) خمساً وسبعين مرة، و(الموطأ) خمساً وأربعين مرة، و(مختصر المزني) سبعين مرة.



- وبعض النحويين كان يختم (كتاب) سيبويه مرة كل أسبوعين.

- ويحكى عن النووي: أنه طالع (الوسيط) للغزالي أربع مئة مرة.

- والشيخ حمّاد الأنصاري رَحِمَهُ ٱللَّهُ تَعَالَىٰ قرأ (فتح الباري) عشرين مرة.

- والشيخ ابن باز قرأ (شرح مسلم) ثلاثين مرة.

- والشيخ أحمد حطيبة قرأ على الطلاب (المغني) ثماني مرات، و(منار السبيل) بضع عشرة مرة.

وهذه والله أكثر العادات نهضة في حياة أصحابها، وأعْوَدُ ما تكون عليهم بالخيرات، وما أكثر القراءات العجلة التي لا يذكر صاحبها منها شيئاً، وقد ينسى الكتاب من أصله فضلاً عن بعض ما فيه.

• وهذا ليس شأن العلم فحسب، وإنما يجري في كل شيء:

- فلو ركّز الإنسان في تربية ولده وزوجه وطالبه على عادة أو عادتين في العام الواحد كانت أعْوَدَ عليهم من هذا الشتات الذين يجدونه ولا يشعرون بشيء.



- ومثل ذلك الذين ركزوا على عادة واحدة أو مهارة محددة وانشغلوا بها زمناً؛ حصلوا منها ما لم يحصله كثير العادات والمهارات.

- وإذا تأملت في حياة الرياضين مثلاً تجد من ذلك عجباً، وقد تشاهد بعض لاعبي السلة مثلاً لا يكاد يخطئ

الشباك؛ ذلك لأنه بذل على دفع الكرة إلى المرمى زمناً طويلاً، وقد كان يصرف في تعلُّم هذه المهارة ما يزيد على سبع ساعات يوميّاً حتى بلغ منها النهاية، ومثل ذلك لاعب تنس الطاولة الذي كُرّم على كأس بطولة العالم حين سئل عن سبب إنجازه، فقال: لقد فُزت من عشر سنوات؛ هي تلك التي حلمت فيها بشيء، وركزت عليه حتى بلغته، وقل مثل ذلك في الصخرة التي تحطمت في النهاية؛ لم تصل لهذا المشهد إلا بعد صور من تكرار الضرب ودوامه واستمراره.

- وكذلك الطريق الذي يبلغ منه الإنسان نهايته رغم طوله لا تأتي تلك النهاية إلا بعد جهد متواصل وسفر طويل وتحمّل مشاق، وحتى الذي في السباق حين يركّز على نفسه ولا ينشغل بالمتسابقين الآخرين ويكون همه نقطة النهاية يبلغها قبل غيره، وحين يصبح مشغولاً بغيره تفوته حظوظ ذلك السباق.

خاطرة:



المحاولات التي تبذلها في التدريب على بناء عاداتك وإنجاح مهامك وأولوياتك؛ هي المدرسة التي ستحتضن فئاماً من الخلق تعينهم على الحياة، وتدلهم على الطريق في قادم الأيام. (المهم ألّا تستسلم للإخفاقات التي تأتي في بداية الطريق!).



لقد رسبتُ مرتين في الثانوية لعدم قدرتي على الكتابة، ولكن المدهش أن كتبي الآن من أكثر الكتب مبيعاً في قوائم جرائد نيويورك تايمز.

(روبرت تي)

كيف تركز؟

١٣

الانضباط

• **أكثر صُنَّاع الحيــاة وأقدرهم علــى مواصلة الطريق وصناعة البهجة فــي واقع الأيام هم الأكثــر انضباطاً**، وإذا أردت اللَّحاق فتعهّد ألَّا تغادر مشروعك وفكرتك ووقتك الذي التزمت به مهما كانت الظروف العارضة في الطريق. **تعلم إذا بدأت في فكرة أو مشروع أو مهارة أو عادة ألا تترك طريقها أو تفارق حدثها حتى توردها النهايات.**

من أكثر مشكلاتنا وأسوأ عاداتنا أننا نبدأ في مشروع أو فكرة، ثم ما نلبــث أن نتخلَّى عنهــا ونتركها في منتصف الطريق، والحياة فــي العادة لا تقوم بمثل هــذا التخلُّف، وإنما تحتــاج إلى مرابطين على أفكارهــم، مجاهدين في سبيلها، مدركين لآثارها، مصرِّين على بلوغها آمادها وإن طالت في الطريق.



ولا أكون مبالغاً إذا قلت لك: إن جمهوراً غفيراً بدأ في حفظ القرآن، وبنــاء عادة القــراءة على ســبيل المثال أو

الرياضة أو التخسيس، وكلهم تركوا هذه المشاريع والعادات في بداية الطريــق أو منتصفه أو حتى قبــل نهايته، وعادوا يتحسَّرون في النهايات.

ومن السهولة بمكان أن نكرر التجربة ذاتها حتى نكون زيادة في تلك الأعداد القاعدة قبل نهاية الطريق.

- قضى بعض الطلاب شــهرين فقط فــي حفظ القرآن الكريم، وخرج بعد الشــهرين وهو يستظهر أكثر المشاريع أثراً في واقعــه. وحبس طالبُ علمٍ نفسَــه في غرفته تحت المروحة ولم يغادر المكان حتــى ضبط (مختصر صحيح البخــاري). وانتظــم أحدهــم فصلاً كامــلاً لتعلُّــم اللغة الإنجليزية، وما خرج إلَّا وهو ماسك بزمامها. وتحوّل بعض الفقراء من خلال هذا المعنى إلى أغنياء في ظرف عامين أو ثلاثة، ورأيت كثيراً من الشــباب الذين لديهم ســمنة حين أدركوا أثرها في مستقبل الأيام على حياتهم اتخذوا قرارات جادة، والتزموا بنظــام غذائي وصحي ورياضي يكاد يكون ضرباً من الخيال، وفي بضعة أشــهر تخلَّصوا من المشكلة بالكلية، وعادوا إلى الحياة بنفَس جديد.

وقد قال الشــافعي: لما أردت إمــلاء تصنيف أحكام القرآن؛ قرأتُ القرآن مئة مرة. اهـ.

خاطرة:

لو أنكَ قررتَ أن تحفظ ثلاثة أسطر من القرآن يوميّاً؛ لحفظته في ثماني سنوات، ولو أنَّك حفظت صفحة واحدة في الأسبوع وجهدت على تكرارها في يومك وليلتك لختمت القرآن مضبوطاً في اثني عشر عاماً، (وأنت تعلم أن كثيرين أتموا عشرين عاماً في المشروع ذاته ولم يبلغوه).

* * *

درَّسَ الشيخُ ابن باز رَحِمَهُ ٱللَّهُ تَعَالَىٰ كتاب (الأصول الثلاثة) حين كان قاضياً في الدلم مئة مرة.

(الانضباط صناعة الكبار)

كيف تركز؟

١٤

أوقات الذروة

• **من فقه الناجحين والجادِّيـــن وصانعي الحياة: أن يتعرَّفوا على نفوسهم وأوقاتهم بجد، حتى يستطيعوا أن يستثمروها على أنفع الوجوه وأحسنها وأصلحها وأكثرها أملاً وفألاً.**

كل واحد منا يمكنه أن يتعرَّف على قدراته وإمكاناته؛ فبعضنا يحب السهر، وآخر لا يستطيعه، وثالث يملك قدرة في البقاء على فكرته ومشـــروعه، ورابع ملول لا يلبث أن يترك ما في يديه، وخامس، وســـادس.. وفي المقابل كل واحد منا لديـــه أوقات للـــذروة يجد فيها نشـــاطَه وقوتَه، وأخرى لا يشـــعر فيها بقـــوة، ولا يجد فيهـــا براحة؛ فمن الوعي والفقه أن تُدرس هذه الجوانـــب وتعطى حقها من الاهتمام؛ حتى يمكننا اســـتثمارها الاســـتثمار الأمثل في صالح أفكارنا ومشاريعنا.



• **إن التعرُّف على أوقات الذروة في يومك يعدُّ واحداً من أعظم الموارد التي تعود على فكرتك ومشروعك بالنفع؛**

لأنك إذا أدركتَ هـذا الوقت اسـتطعتَ أن توجِّه فيه كلَّ مواردك للاسـتثمار، ومن غير الوعي أن تجد إنسـاناً لديه فكرة ومشـروع وقضية يريد أن يراهـا واقعاً وهو لا يعرف أوقات الذروة التي يمكن أن تُشـرف به على النهايات من أقرب الطرق وأيسرها.

إن بعضنا تكون ذروته في الصباح الباكر إلى الظهر، ويجد متعة وإقبالاً، ويشعر فيها بشيء من القوة والتركيز، وآخر لا يسـتطيع أن يصنـع في هذا الوقت أي شـيء، ويحب أن يخلد فيه للنوم، أو يكون ملتزماً فيه بعمل، ولا يجد فراغاً كافياً للتفرغ لفكرتـه، وبعضنا تبدأ ذروة وقته من بعد صلاة الظهر إلى الساعة الثانية عشرة ليلاً، وثالث أقل، ورابع أكثر من ذلك بكثير... فإذا فقه الإنسـان هذا المعنى وعرف أوقـات الذروة لديه؛ اسـتطاع أن يحوّل أهدافـه وأولوياته لذلـك الوقت، ثم ينصـب فيها عقله ومشاعره وجسده للاستثمار، لا يغادرها البتة حتى يأتي منها على النهايات.

- **ومن الوعي والفقه أن الإنسـان إذا حدد أوقات ذروته جنّبها كل شيء، وجعل ارتباطاته ومواعيده وكل ما يتعلق بظروفه خارج هذا الوقت، وصانه من كل عارض يشتته أو يضعفه مع الأيام.**

• **إن ثلاث ساعات في اليوم مركّزة لصالح فكرتك ومشروعك وقضيتك؛ ستصنع لك أحلاماً ما كانت لك على بال**، خاصة إذا رويت من الفقه النبوي (**أَدْوَمُهُ وإنْ قَلَّ**) بحيث لا تأتي هذه الساعات الثلاث إلا وصاحبها مُتَهيِّئ لها، متوجِّه إليها بقلبه ومشاعره وأفكاره، حتى يدفع فيها بكمٍّ من الإنجاز قد لا يتخيله صاحبه مع الأيام.

خاطرة:

يمكنك أن تجتزئ ثلاث ساعات مقدّسة من يومك لصالح فكرتك ومشروعك؛ ترابط فيها، ولا تسمح فيها بأي موعد أو ارتباط؛ تجد فيها أنسك، وتشعر فيها بقلبك ومشاعرك، وتألفها نفسك، وتدير منها شأن الحياة كل يوم.

* * *

كيف تركز

١٥

أوقات الراحة

• عاش الناس زمناً على قاعدة (الجهد المضاعف)؛ أي: أنك كلما ضاعفت جهدك البدني استطعت أن تحرز نجاحاً أكبر وإنجازات أكثر، وهذا المعنى وإن كان له حظ من النظر إلا أنه لم يعد كافياً بذات الفاعلية التي كانت له في السابق، بمعنى أنه **يمكنك أن تنتج أكثر من خلال راحة أكثر، وذلك إذا أدركت أولاً أن مزيداً من الجهد البدني الزائد قد يعيقك عن النجاح؛ لأن هذا النجاح يصبح كمّاً على حساب الكيف، وجاء هذا الكم على حساب كلال الذهن وذبوله، فخرج ضعيفاً لا حياة فيه.**

ومن جهة أخرى فإن هذا الجهد المضاعف والكبير قد يكون على حساب أدوار مهمة جدّاً في حياة الإنسان، وبَذْلُ مزيدٍ من الجهود على حساب تلك الأدوار يُفضي في النهاية بصاحبه إلى الشعور بالذنب، واختلال حياته الصحية أو العائلية والأسرية أو الإيمانية والفكرية، فيتقلّص نشاطه ويضعف مع الأيام.



- **وهذا العصر هو عصر المعرفة، فما تتقاضاه في هذا الزمن على ذات الفكرة ونوعها وفاعليتها أعظم بكثير مما تتقاضاه مقابل الجهد الجسدي على ذات الفكرة**.. وقد مر معك قاعدة (٢٠٪٨٠٪) أي: أن (٢٠٪) من المهام التي تؤديها تسهم وبشكل كبير في (٨٠٪) في النتائج التي تحصل عليها في النهاية.

- أنت مدعو لتنام ثماني ساعات الحد الطبيعي لساعات النوم للإنسان العادي، ومدعو كذلك أن تأخذ كلَّ ما يعينك من أسباب الراحة قبل أن تدلف إلى مشروع حياتك، بشرط ألَّا تأتي إلا وأنت في كامل جاهزيتك، وقادر على أن تحوّل تلك الساعات الثلاث أو الخمس القادمة إلى منجز راوٍ من الحياة! نريدك كيفاً لا كمّاً، **نريد منك وقتاً قليلاً مليئاً بالحيوية والفاعلية والجاهزية أعظم مما نريد منك وقتاً طويلاً ذابلاً من الحياة.**

- وإذا تأملتَ الوحيَ قرآناً وسُنَّة وجدتَه قد ذكّر بهذا المعنى، وحرص على ألَّا يشق الإنسان على نفسه، وأن يجري عبادته وعمله على الوجه الأقرب والأيسر والأسهل؛ حتى لا يضجر مع الأيام، قال تعالى: ﴿يُرِيدُ ٱللَّهُ بِكُمُ ٱلْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ ٱلْعُسْرَ﴾ [البقرة: ١٨٥].



ولما أثنت عائشة رضي الله عنها على امرأة وذكرت من صلاتها، قال ﷺ: «مه، **عليكم بما تطيقون، فوالله لا يملُّ الله حتى تملُّوا**».

ولمّا بلغه ﷺ خبر الثلاثة الذين قال أحدهم: أصلي ولا أنام. وقال الثاني: لا أتزوج النساء. وقال الثالث: أصوم الدهر. قال ﷺ: «**أما والله إني لأخشاكم لله وأتقاكم له، لكني أصوم وأفطر، وأصلي وأرقد، وأتزوَّج النساء؛ فمن رغب عن سنتي فليس مني**».

وقال ﷺ: «**هلك المتنطِّعون**» قالها ثلاثاً!.

وقال ﷺ: «**إنَّ الدِّين يُسرٌ، ولن يشادَّ الدينَ أحدٌ إلَّا غلبه، فسددوا وأبشروا وقاربوا، واستعينوا بالغدوة والروحة، وشيء من الدلجة**».

ومن فَقِهَ هذا المعنى ورد منه على أمانيه، وبلغ فيه مقصوده، وتحقَّق له ما يريد.

خاطرة:



ليس بالضرورة أن يقوم النجاح على أجسادنا المعتلَّة من الإجهاد والتعب والمعاناة.. قد يأتي النجاح ونحن نشعر معه بالفرح والإنجاز والمتعة في كلِّ لحظة نقضيها في السبيل إليه.

* * *

كيف تركز؟

١٦

تخلَّصْ من الشَّعَث

• **في مثل زمانك يجب أن تكون أول الوصايا وأهمها وأكثرها فاعلية في بناء قاعدة التركيز: تخلَّصْ من الشَّعَثِ الذي حولك.**

إننا في زمن يموج بكلِّ شيء، ويستطيع أن يغرقك وأنت واقف على حافته قبل أن تنزل إلى قعره بمراحل! زمن يتوارد على منافذ قلبك كلُّ شيء للدرجة التي لا تستطيع أن تظفر بمنتج لفكرة، أو فاعل في مكان، أو مثير في مساحة؛ لفشو وسائل الشتات في واقعه، وهذا كله ولم تصل بعد تجربة العالم الافتراضي.



• حاول الرافعيُّ ذات مرة أن يصوّر هذا المعنى، فأطلق ما يسمى بالاغتسال الثقافي، وهو في زمانه؛ أي: إن الإنسان إذا أراد أن يكتب في التاريخ مثلاً؛ فينبغي أن يقرأ في كتب التاريخ، وينغمس فيها زمناً حتى يجري التاريخ في دمه، ويتخلّص من الشعث الفكري الذي لا يمكّن صاحبه من التركيز.. ومثل ذلك من أراد أن يكتب في الأدب أو الشعر

أو السيرة؛ ينبغي له أن يتخلّص من كل ما حوله، ويبدأ بما يُسمى بالاغتسال الثقافي الذي يجعله خالصاً لفكرته ومشروعه؛ بحيث يستطيع أن يركّز في ذات الفكرة التي يحاول بناءها والإبداع فيها.

وإذا أردت أن تتصوَّر هذا المعنى فتصوَّرْ معتكفاً على فكرة من الأفكار يريد بناءها لتضخ في العالم الحياة بعد نهايتها، وهو يرى ويسمع كل مشاهد العالم من حوله من قتل وتخريب وإفساد، ويرى مشاهد اللعب والعبث والترفيه بكل صوره وأشكاله، ويأتيه على وسائل التواصل الاجتماعي مسؤوليات وبرامج وعلاقات وارتباطات كل في جهة وواد عن الآخر، ثم تريده بعد ذلك أن يكون منتجاً وفاعلاً، ولثمرته وفكرته أثر وعمق!..



- **إننا بحاجة ماسَّة جدّاً للاعتزال أثناء إنتاج أفكار جادة ومثيرة في الوقت ذاته، الاعتزال الذي يمكننا من التخلُّص من هذا الشعث**، والإبداع في سياق الأفكار والمشاريع والرؤى التي نريد صناعتها والتأثير من خلالها؛ ولا أعني بالضرورة اعتزال المكان والسفر إلى غيره والبعد عن الناس، وإن كان له وجه، وإنما أعني الانعزال عن ثورة وسائل التواصل الاجتماعي ضرورة، ومخالطة البطالين والفارغين، والانشغال ببنيات الطريق.

خاطرة:

جرّب أن تترك جوالك لفترات، أقفله وتخلّص من شعثه واجعل مكانه مراجعة لوردك من القرآن، أو حفظ بيت شعر، أو سماع مقطع.. وستـرى فائضاً من الوقت كان يمكن أن يصنع لك الحياة.

* * *



دعوة للتركيز

قال الشوكاني رَحِمَهُ ٱللَّهُ تَعَالَىٰ في معرض حديثه عن السيد علي بن إبراهيم بن أحمد بن عامر الشـــهير (١١٣٤ ـ ١٢٠٧هـ): وكنت أعجب من سرعة ما يتحصَّل له من التأليف مع شغله بالتدريس، فســألتُه بعض الأيام عن هذا، فقال لي: إنه لا يترك النسخ يوماً واحداً، وإذا عرض ما يمنع فَعَلَ من النسخ شيئاً يسيراً ولو سطراً أو سطرين. قال الشوكاني رَحِمَهُ ٱللَّهُ تَعَالَىٰ: فلزمت قاعدته هذه، فرأيت في ذلك منفعة عظيمة. اهـ.

(البدر الطالع)

كيف تركز؟

١٧

لا تؤجِّل الأمور

- **أخطر عدو على مشروعك وفكرتك عادة التسويف والتأجيل، وأسوأ عادة تواجه بها فضيلة التركيز التأجيل.**

تعلَّمْ ألَّا تقبل هذا العارض، ولا تمكِّنْ هذه العادة من واقعك، ولو كانت الظروف والعقبات والمشكلات التي تواجهك أكبر ما تكون.

إنني أدعوك ألَّا تستسلم لكل ما يواجهك، وأن تمضي على هدفك وتركّز على مشروعك، ولا تتخلّف عن الأولوية التي نصبتها في يومك؛ فإن كان الحدث ملحّاً وضروريّاً ولا يمكن إيقافه أو تأجيله بحال من الأحوال؛ فلا تتخلَّ عن شيء من هدفك ولو يسيراً، حتى لا يأتي يومك خالياً من أحداثه ومباهجه، ومن ذلك ما أشار إليه الشوكاني رَحِمَهُ ٱللَّهُ تَعَالَىٰ في معرض الحديث عن الاستمرار وعدم التأجيل: (ولو سطر أو سطرين أو ثلاثة).



• **إنني أذكِّرك أن التوقف في المشاريع والأفكار شيء قاتل، ولا يصلح أن يكون من شأن الكبار، والقدرة على الاستمرار ومواصلة الطريق من شأن المبدعين، فإياك وفوات النهضة من عمرك وتاريخك!.**

وكم فوّت هذا المعنى من أرباح في قضايا مصيرية كبرى تتعلّق بشأن الإنسان الأخروي، فضلاً عن شيء من أمر الدنيا، وفي كتاب الله تعالى: وسارعوا، وسابقوا، وتوبوا... وكلها بعث لفضيلة المبادرة والعمل والإيجابية، واستثمار اللحظات لا التوقف فيها أو ضياعها من الحياة.

وفي حديث عقبة بن الحارث رضي الله عنه في البخاري، قال: صليتُ وراء النبي ﷺ بالمدينة العصرَ، فسلّم ثم قام مسرعاً، فتخطّى رقاب الناس إلى بعض حجر نسائه، ففزع الناس من سرعته، فخرج عليهم فرأى أنهم قد عجبوا من سرعته، فقال: «**ذكرتُ شيئاً من تِبْر** ـ قطع ذهب أو فضة ـ **عندنا، فكرهتُ أن يحبسني فأمرت بقِسْمته**».



• **إن مشكلة التسويف والتأجيل تأتي إما من هدف ومهمة ورحلة عمل لا تمثِّل شغف الإنسان، ولا تعني له شيئاً مهمّاً، ويشعر بثقلها**، ولا يحب أن يأتي إليها من الأصل، ومثل هذا يحتاج إلى البحث عن الفكرة الممتعة والمشروع الأنسب..

- **أو تأتي من مثاليـــة الهدف وحجمـــه وكثرته**، فيمثِّل ضغطاً على صاحبه، فيحاول التخلُّص منه مراراً عن طريق التأجيل..

- **أو يأتي ثالثاً من كون الهدف المكتوب لا مكان له في يوم الإنســـان**؛ بمعنى أنه لم يحدد لـــه وقتاً في ذات اليوم، فلا يبقى أمام صاحبه إلا التأجيل.

ومن الضرورة أن يعتني الإنسان بصناعة مشروعه في البدايـــة، والعناية بفكرتـــه من أول وهلة، ثـــم يدوّن من الأهداف ما يكون في إمكان صاحبـــه أن ينتهي منه دون ضغط أو شعور بالثقل والكراهية، وأن يحدِّد الزمن الذي يجب أن يُقضى فيـــه الهدف؛ فـــإذا راعى هـــذه الثلاثة الأشياء؛ فليس من حقه بعد ذلك أن يسمح لشيء عارض بالتخطِّي على فكرته وهدفه وأولويته مهما كان واقع ذلك القادم وأثره على حياته ومستقبله.



• **تذكَّرْ أن التســـويف والتأجيل ظلم لنفســـك وحرق لمواهبك وتبديد لقدراتك**، وممارستك له يفسد راحتك كما يفسد عملك لا فرق؛ فحين تعود إلى فراش نومك في آخـــر النهار ســـيورثك القلق والهم، ويغشـــاك الأســـف لتخلفك عن وردك وواجبك، وستتفاجأ في النهاية بأنك خسرت كلَّ شيء.

والحل لهذه المشـــكلة التي تواجهك أن تعمل على إنهاء أولوياتك من خلال تجزيء وقتك من عشـــر دقائق إلى عشـــرين دقيقة؛ بمعنى أن تعمل على هذه الأولويات خلال هذه الفترة، ثم تتوقف لممارســـة شـــيء تحبه، ثم تعود حتى تتدرَّب وتتأهَّل على إنجاز أولوياتك ومهمتك في كل مرة.

الجميل في هذه الطريقة أنها ســـتقرب لك المسافة، وستشعرك بشعور إيجابي، وستريك أنها تحرز تقدُّماً في كل مرة، وستحقق لك رغبة نفسك في الإشباع الفوري، وستؤهِّلك لتجاوز عقبة التسويف مع الأيام.

إن جملة من الناس حينما يعلم أن مهمته وأولويته قراءة جزء من القرآن مثلاً كلَّ يوم؛ يشعر بثقله، وبالتالي يحاول أن يؤجل في كل مرة، ويتشاغل بمهمات صغيرة فيها إشباع فوري، حتى يتفاجأ في نهاية يومه أنه لـــم يتمَّ هذه المهمة التي هي من أولوياته الكبار.



والحل أن يجزئ هذه المهمـــة؛ فيقرأ في المرة الأولى (خمس صفحـــات) لا تأخذ منـــه خمس دقائـــق، والثانية والثالثة كذلك، فسيتفاجأ في اليوم أنه أتى على مهمته دون أن يشعر أنها احتاجت منه وقتاً كبيراً، أو أشغلته عن الإشباع

الفوري الذي يرغبه ويجده في كثير من الأعمال بين يديه؛ كوسـائل التواصل الاجتماعي، أو الحديـث مع زميل، أو الذهاب إلى خارج البيت لأداء مهمة.

خاطرة:

تعرَّفْ على أسـباب هروبـك وعدم رغبتـك في إنهاء أولوياتك كل يوم، ثم قسّم تلك المهمة والأولوية إلى أجزاء، أو اجعلها مع مثير تشعر معه بالفرح، أو تذكَّرْ نهايتها المبهجة من خلال تذكيرك بها على منشور في غرفتك، أو اخلق لموعد النهايات فيها مواعيد فرح.

* * *



كيف تركز؟

١٨
بَسِّطْ أُمُورَك

• **من المشكلات التي تواجه أهدافنا ومشاريعنا، وتقف في مرات عارضة في وجه نجاحها ومستقبلها: التعقيد**؛ سواء كان هذا التعقيد في أعباء وأثقال الهدف، أو في طريقة القيام به.

والحل الأمثل الذي يعينك على التركيز، ويبني لديك هذه العادة؛ هو: **أن تبسّط هدفك، وتجعله ممتعاً وفي متناول يدك.**

• ففرْقٌ كبيرٌ جدّاً بين إنســان يريد أن يحفظ كتاب الله تعالى مثلاً ويجعل مقدار الحفظ اليومي صفحتان أو ثلاث، وهو غير متفرغ، ولديه ارتباطات أخرى لا تمكنه من بذل الوقت الكافــي لإنهاء ذلك الهدف؛ فالنتيجــة الحتمية أنه ســيخفق في أحد هذه الأيام، وســيتراكم عليــه الهدف، وســيتكرر ذلك الإخفــاق مــراراً، حتى تصبــح كميات الواجبات المتخلّفة كثيرة لا يســتطيع تداركها، فتنشأ لديه حالة الإخفاق والفشل، ومن ثم يتولد اليأس، ثم يتنازل عن



هدفه ويتركه بالكلية، ويعود يبحث عن طريق آخر، وبعض هؤلاء لهم ما يزيد على عشرين عاماً وقلوبهم تهتف بهذه الأمنية (حفظ القرآن)، ولم يصلوا إليها بعد.

وآخر قسّم الوجه الواحد إلى نصفين أو إلى أربعة، وجعل يومي الإجازة راحة للمراجعة وتدارك ما فات، فإن هذا لا يكاد يختل عليه وِرْدُ يومٍ واحد، وإذا قدّر الله تعالى بشيء واختلَّ هذا الورد؛ استطاع أن يتدارك الفائت ويسير في فلك الخطة لا يتخلّف عنها.

- وفرق بين إنسان قرر أن يبدأ عادة القراءة في حياته، فجعل المقروء في اليوم الواحد ما يزيد على خمسين صفحة مثلاً، وآخر بدأ بخمس صفحات ومِنْ ثَمَّ استطاع أن يتدرج حتى بلغ منها الكمال، فالأول استطاع أن ينجز جدوله في الأسبوع الأول ولكن شعر بثقلها في الأسبوع الثاني، وحصلت له عوارض لم تمكِّنْه من إنهاء تلك العادة اليومية في حياته، ثم ما زالت به العوارض مع ثقل الهدف حتى تركها وتنازل عنها مع الأيام.



- ولو قلتُ لك: إن غالب صُناع الأهداف وأصحاب الخطط التي كُتبت على الورق لم يكتمل شهر واحد إلا وقد بُددت تلك الخطط وانتهت بالكلية لهذا المعنى؛ لما جاوزت الحقيقة.

فالدرس الذي يجب أن تتعلّم معه هذه العادة أن تبسّط هدفك وتجعله ممكناً، وإن وجدت متسعاً في وقتك فلك أن تزيده وتسجِّل ما زاد على ذلك إنجازاً ونجاحاً وقوة يدفعك إلى ما بعده.

- تبسيط الهدف قد يكون في كمية الهدف الواحد، وقد يكون في كمية الأهداف بالنظر إلــى بقية الأدوار الأخرى (الإيمانـــي، والعملي، والفكــري، والأســري، والمالي، والصحي)؛ فإن تراكم الأهداف يمثِّل أرقاً وضغطاً كبيراً على نفس الإنســان، ويكوّن ألماً لضياعها أو تخلفها من حياته، وينشأ القعود عن العمل وتركه بالكلية في النهاية.

خاطرة:

الحياة ممتعة جميلة؛ فلا ترهق نفسك وتؤرِّقها وتزيد شعثها بكثرة الأهداف التي تظل تطارد متعك وتحرمك لذة لحظاتهــا، (اصنع أهدافاً بســيطة يمكنك أن تأتي عليها، ثم تتفرغ لما بقي من شجونك وشؤونك).



* * *

كيف تركز؟

١٩

صناعةُ التفاؤل

• **من معونات التركيز في حياتك: أن تتفاءل، وتحسن الظنَّ بربك، وترى بأن مشــاريعك قادمة للحياة**، وستصنع فارقاً وواقعاً متميزاً في مســتقبلك، وأن في إمكانك إدراك فضيلة التركيز، وســتبلغ به ومنه أمانيــك.. **وإياك والقلق والخوف والاضطراب والتشاؤم واليأس؛ فإن هذه الصفات مؤذنة بفوات هذه الفضيلة من حياتك.**

لقد كان نبيُّــك ﷺ متفائلاً، ولا تســتطيع أن تلقى له موقف تشــاؤم على كثرة ما لقيه من الكــروب والأحداث والمصائب وصروف الدهر في واقــع حياته، وقد قال ﷺ: «**ويعجبني الفأل**».. وكان يكره التشاؤم، وينهى عن الطيرة، ويكره أن يقول أحد من الخلق: «**هلك الناسُ**».



ومن لطيف أدبك وذوق نفسك: أن تكون على الطريق ذاته، وأن تعلم يقيناً وحسنَ ظنٍّ بربك أنَّ ما من إنسان بدأ الطريق جادّاً، واســتجمع علامات التوفيق؛ إلَّا وبلغ مُناه، ووصل إلى مقصده، وكتب حظه من الدارين.

• **فركّز أهدافــك وأولويّاتك واليقيــن يملأ قلبك أنك صانع للحياة معنى، وكاتبٌ للتاريخ أملاً وفألاً، وبالغٌ تلك النهايات التي تؤملها وإن طال الطريق.**

حين ركّز النبي ﷺ على التوحيد ثلاثة عشر عاماً صنع جيلاً فصنع الحياة، وما ودعوا الدنيا حتى غمروها بالسلام.

• **لنبدأ في صناعة عاداتنا الإيجابية ونحن متفائلون بأننا على الطريق، وبالغون نهايته،** وواصلــون بعون الله تعالى وتوفيقه إلى النهاية، ولا تستبطئ نجاحك؛ فلعل يوماً يهيض علينا وعليك مباهج الأفراح.

خاطرة:

قال الله تعالى في الحديث القدسـي: (أنـا عند ظنِّ عبدي بي؛ إن ظن بي خيراً فله، وإن ظن بي شرّاً فله)، ومن ظَنِّ الخيرِ بربك: ألّا تتوقف لعثرات الطريق، وأن تمضي مُوقِناً بأن الله تعالى سيبلِّغك أمانيك.

* * *



رسالة

أُجريت مقابلة مع أحدِ المذيعين في قناة فضائية، فقال: عملتُ مقابلةً في قناة فضائية للعمل الإعلامي، فقيل لي في نهاية المقابلة: لا يوجد فيك ميزة غير صوتك، ولغتك لا تصلح لهذا المجال. فقررت دراسة اللغة، وأخذت فيها عاماً كاملاً، ثم عدت إليهم فقيل لي: لم تتحسَّنْ بعدُ، وعدت إلى دراسة اللغة سنة أخرى، ومن أول مقابلة بعد ذلك اللقاء في نشرة الأخبار اتصل الوزير يريدني للعمل في الوزارة.

كيف تركز؟

٢٠

العادات

• **كثيرون مؤمنون بضرورة التركيـــز وأثره الكبير في صناعة الإنجـــازات، ولكن مشـــكلتهم الكبـــرى أن هذه القناعات ما تلبث أن تتلاشى** في مواجهة السيل الهادر من الهوامـــش التي يلقونها كل يوم، والســـبب فـــي ذلك: **أن إيمانهم بهـــذا المعنى لم يتحـــوّل إلى عـــادة يومية ثابتة لا تقبل الزوال.**

• **وإذا تأملت فـــي العادات علمتَ أنهـــا وراء كثير من النجاحات أو الإخفاقات التي يعيشها أصحابها في النهاية.**

لو أنك ألقيت بسؤال عابر إلى كثير ممَّن هم حولك كمثال عن علاقتهم بكتـــاب الله تعالى مثلاً، لَمَا أخطأت عينك حال الشاكين من ضياع أوقاتهم وفوات هذا الحظ الكبير من حياتهم، وقد تجد في المقابل إنساناً شبع من علاقته بكتاب الله تعالى ورُوي، ويجـــد أثره يجري في مشاعره كل حين، والسبب: أن هذا الشخص فرض على نفسه عادة بســـيطة؛ وهي الحضور للصلاة مع الأذان، أو



البقاء في المسجد بعد الأذان عشرين دقيقة، فتكوّن له وقتٌ فائضٌ صرفه في كتاب الله تعالى، ووجد به الحياة، بينما الآخرون يأتون للصلاة متأخِّرين، ويخرجون منها مبكِّرين.

ولو أنك أدرتَ سؤالاً آخر عن علاقة الناس بأقاربهم وأرحامهم في مثل زمانك؛ لهالتْكَ الشكوى التي يجد مرارتَها كثيرون، للدرجة التي يشعرون فيها بالقلق والاضطراب والحرج من هذا الواجب الشرعي، وقد تجد في المقابل آخر يشعر بالفرح والطمأنينة لصلة رحمه في مثل هذا الواقع الذي يشتكي فيه الكثيرون، وسبب ذلك: أنه اقتطع ساعة من أسبوعه ما بين المغرب والعشاء لزيارة رحمه، فأتى من خلال تلك العادة الأسبوعية على كل شيء، وكل ذلك يدلك على أن أحد أسرار التركيز خلق عادة يومية في حياتك تأتي من خلالها على ما تريد.



- **إن من الواجب الشرعي على كلِّ مريد للنجاح أن يحاول جاهداً في تحويل ما يريد بناءه إلى عادة يومية لا تكاد تتخلّف البتة، وإذا ما بلغ هذا المعنى وصل إلى ما يريد.**

العادة: هي الفعل أو السلوك الذي يقوم به الإنسان بانتظام. وكل الناجحين الذين تراهم هم أثر عاداتهم

الناجحة، ونتاج تفكيرهم حيال تلــك العادات التي بلغت بهم أمانيهم، وكل مخفق كذلك هو أثر من عاداته الســلبية التي وقفت حائلاً دون أحلامه.

يمكن أن تكون القراءة جزءاً من حياتنا لا تتخلّف يوماً، والتدريبات الرياضية كذلك، وزيارة أرحامنا وأقاربنا كذلك، والمحافظة على المواعيد كذلك.. وورد القرآن أصل تلك العادات وأهمها، ويمكن أن نأتي من خلال هذا المعنى إلى ما نرجوه من آمال.

- **العادات الإيجابية تصنع شيئاً كبيراً في حياة صاحبها؛ لأنها تستطيع أن تحوّل العمل البســيط مع الأيام إلى عمل ضخم**، وهي كذلك تحوّل الفعل والسلوك الذي يحتاج إلى قدرة كبيرة من قــوة الإرادة إلى فعل معتــاد لا يحتاج معه الإنسان أن يجمع همَّه ويستجمع قواه لفعله.

- **وينبغي أن يُعلــم في هذا الســياق أن العادة شــاقة ومجهدة ومكلفة في أسابيعها الأولى**، ثم ما تلبث أن تلين وتصبح جزءاً من حياتنا وشيئاً عاديّاً في أيامنا.



إن اجتزاء وقت مرتب من أوقاتــك الكثيرة لصناعة مشــروعك، والتخلّق بتلك العادة، ورفــض كل موعد يزاحم هذا المعنــى؛ من أعظم ما يمكــن أن يدفع بك

للنجاح والتفوّق، وقــل مثل ذلك في كل شــيء ينوي الإنســان أن يكتب به حظه حتى لو كان في بداية الأمر يسيراً ضعيفاً.

خاطرة:

تخيّل العشرين دقيقة أو نصف الســاعة التي تصرفها على مشاهدة وسائل التواصل الاجتماعي قبيل نومك؛ لو أنّك حولتّها إلى مشروع قرائي، أو مراجعة وردك من القرآن، أو حفظ أبيات من الشــعر كل ليلة بيت واحد أو بيتيــن فقط؛ كم ســتحقق في أســبوعك وشــهرك وعامك!...

* * *

٢١

اشْدُدْ قوسَك

• **إذا أردتَ أن تنجز وتنجح وتصنع مباهج الختام فركّز على مشـــروع واحد لا تتجاوزه البتة..** وجّه طاقاتك وسلّط قدراتك وإمكاناتك باتجاه هدفك اليتيم، وفكرتك الأولى والأخيرة، ومشروع حياتك الذي ليس لك سواه.. لا تنشغل بشـــيء آخر، ولا تســـمح لأي وارد يأخذ من يومك، ولا تستسلم للظروف والعقبات التي تعترض طريقك.

• **لا تنشـــغل بنقاط ضعفك ومعالجتها، بل ركّز على نقاط قوتك، واستثمرها في دفع عجلة مشروعك**، حاول أن تشـــعل فتيل همومك ومشـــاعرك وروحك نحـــو فكرتك ومشـــروعك وقصة حياتك، وإياك والوقـــوف في منتصف الطريق شاكياً ومتألِّماً على ظروف زمانك.



• **يجب أن تســـتيقظ كل يوم وليس في ذهنك ســـوى المشروع وقصة الأحلام والأفكار الممتعة**، ولا يخالط ذهنك شيء آخر.

تعلَّمْ أن زيادة التركيز على فكـــرة يدني ثمارها أعجل ما تكون، والتركيز على مشـــروع يقلِّص مسافة أحلامه كل يوم ويدني نهايته، ويجعلك بطل قصته في النهاية بامتياز.

أدعوك أن تستيقظ كل يوم ولا تعرف غير ذلك الطريق الذي يؤدي بك إلى مشروعك وتفاصيل قصتك، عبّدْ ذلك الطريق بقدمك، واركض فيه إلى أحلامك، ودع كلَّ الطرق التـــي تراها مـــن حولك مهما كانـــت في ظاهرهـــا جميلة وممتعة؛ فـــإن صحراء طريقك ســـتعود ربيعاً مـــع الأيام، وســـتأتي تلك الجموع التي تراها بعيدة عنك لتصطف مع المهنئين لك على بلوغ أمانيك.

قصة الشوق يا صاحبي تبدأ من هذا المعنى، فلا تبرحه حتى ولو جرت عليك أقدار الدنيا كلها.



- لقد علَّمنا الماءُ على لطافته أنـــه يحفر أخدوداً في الصخر الأصم، وعلمتنا تلك القطرات التي لا نحتفل بها مع الأيام أنها تشـــكل خطراً على البقعـــة التي هي فيها؛ فإياك والشتات.

صدقني حين تستمر على مشروعك، وتتعلم النضال من أجله، وتسير في فلكه، ولا تبرح مساحته؛ سيتحلّق العالم حولك يوماً ما لتروي لهم قصة الإبداع، وسيسألونك حينها:

كيف صعدت الجبل؟ وكيف قطعت تلك المسافة الطويلة؟ وكيف استطعت أن تدفع نفسك لقضايا تموت في الطريق إليها أمم قبل البلوغ؟.

• **أحد فنون الحياة يا صاحبي في زمانك التركيز، ومعلم الناجحين في زمن الفوضى التركيز، ومنارة الحياة التي يتهادى إليها الناس في النهايات التركيز..** وإذا أردت أن تكون بطلاً في الساحة، وصاحب راية في مواقع التأثير؛ فادفع لهذه العادة (التركيز) ما بقي من عمرك وسترى الحياة.

خاطرة:

سيبويه إمام العربية، وابن المقفّع صاحب الخطابة، وأبو تمام الشاعر؛ ماتوا دون سن (٣٦) سنة، وما زالت ذكرياتهم حافلة في الحياة (عرفوا ما يريدون تحديداً ثم بذلوا له بكور أعمارهم).

* * *

كيف تركز؟

٢٢

كن مسؤولاً

• **النجاح والإبداع والتحدي الكبير أن تكون أنت بطل القصة، وصاحب الراية فيها، وحامل سراج الظلام.**

الناجحون لا يعترفون بالظروف والعقبات والمشكلات والأزمات التي تواجههم، وإنما يؤمنون بأن وراء كل نجاح قصة بطل، وخلف كل فرح نهضة إنسان، ووراء كل فكرة حية صاحب راية.

• **آمِنْ بأنَّ الحياة مغامرة جريئة أو لا شيء..** لا تحدثنا عن صعوبة مشروعك، وعسر فكرتك، وظروف واقعك.. حدثنا عن المباهج التي صنعتها في مساحتك، والعزيمة التي طاردتَ بها أزمات طريقك؛ حتى عَنّ لك الجبل، واستقرَّ لك السهل، وعادت الصحراء ربيعاً أخضر!.



• مسؤوليتك تقتضي أن تؤمن بأن الأفكار الممتعة والجريئة، والمشاريع الضخمة والعظيمة؛ من طبيعتها أن تنداح في طرقها الصخور، وتظلم حولها الأرض في

البدايات، ويقل فيها الأعوان، وإذا وَجَدَتْ رجالاً يتحملون أثقالها ويقومون بحقوقها ويتولون مسؤوليتها بحق؛ تشظت صخورها، وأضاءت أرضها، وكثر أعوان الطريق المبتهجين بأحداثها في النهايات.

• **المشاريع والأفكار الحية لا تحتاج متردداً وجباناً، هي أحوج ما تكون إلى رجل يبذل لها وفيها كل شيء، ولا يغادر الدنيا حتى يكتب فيها قصة التفوق والنجاح.**

- في فجر الرسالة عرض كفار قريش على رسول الله ﷺ التوقف عن فكرته ومشروعه، وساوموه على أشياء كثيرة؛ لم يجد ﷺ إلّا أن حلّق ببصره إلى السماء، فقال: **أترون هذه الشمس؟** قالوا: نعم. قال: **فما أنا بأقدر على أن أدع ذلك منكم على أن تستشعلوا منها.**

- وفي أيام أبي بكر رضي الله عنه قال للمرتدين كلمته الشهيرة: والله لو منعوني عقالاً كانوا يؤدونه على عهد رسول الله ﷺ لقاتلتهم عليه.



- واشتاق النبي ﷺ لإسلام عمر وكان يردد: «**اللهم أعزَّ الإسلامَ بأحبِّ العمرين إليك**» ويوم جاء عمر للحياة صلى المسلمون عند الكعبة، وتحول تاريخهم إلى عز وشرف، ودالت رحى الدنيا لصالح الإسلام.

- ويوم قُتل حمزة بكى النبي ﷺ وقال: «**أما حمزة فلا بواكي له!**».

- ويوم قال رسول الله ﷺ في أُحدٍ: «**من يأخذ مني هذا السيف بحقه؟**» قام أبو دجانة، وقال: أنا يا رسول الله.

- وقال عمر يوم سمع أماني الناس: لكنني أتمنى بيتاً مملوءاً رجالاً كأبي عبيدة!.

- **ولا حظَّ للحياة في رجل متردد أو خائف قلق! والشمس التي تشرق في كل صباح لم يحدث أن توقفت حتى يوم وفاة الرسول ﷺ.**

- وقد قال خالد: ما من ليلة إلا وأنا في هيعة أو على ثغر من ثغور الحرب، وها أنا أموت على سريري كما يموت البعير، فلا نامت أعين الجبناء!..

خاطرة:

دخل مانديلا السجن، وقال للسجانين وقت دخوله: سيأتي اليوم الذي تمشي قدمي على العشب الأخضر، وتضرب الشمس الحارة رأسي. ثم أطبقوا عليه أبواب السجن، وبعد سبع وعشرين سنة فتحوا تلك الأبواب، فمشت رجله على العشب الأخضر، وضربت الشمس الحارة في رأسه من جديد.

كيف تركز؟

٢٣

اخترْ صديقَك

• **الصديق من أعظم ما يعينك على النجاح**، ويبعث في قلبك العمل، ويثير في مشاعرك هموم المشاريع، ويعينك على التركيز على قضية وفكرة ومشروع، وقد يُلقي بك في النهاية للأفراح.

وفي المقابل قد يكون هو أكبر سبب في ضياعك، وهدر طاقاتك ومقدراتك، وعدم تركيزك على شيء ممتع في الحياة.

- وقد وصف النبي ﷺ هذا المعنى بإبداع، فقال ﷺ: «**مَثَلُ الجَلِيسِ الصَّالِحِ وَالسَّوْءِ، كَحَامِلِ المِسْكِ وَنَافِخِ الكِيرِ، فَحَامِلُ المِسْكِ: إِمَّا أَنْ يُحْذِيَكَ، وَإِمَّا أَنْ تَبْتَاعَ مِنْهُ، وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ مِنْهُ رِيحًا طَيِّبَةً، وَنَافِخُ الكِيرِ: إِمَّا أَنْ يُحْرِقَ ثِيَابَكَ، وَإِمَّا أَنْ تَجِدَ رِيحًا خَبِيثَةً**».



ومن الوعي أن تختار من يعينك على النجاح، ويدفعك لمباهج النهايات، ويبعث في قلبك الأشواق.

- وهذا الذكر العاطر لأبي بكر الصديق رضي الله تعالى عنه وأرضاه من صحبته لرسوله ﷺ، وتعلّقه بأعظم القدوات، وما زال مثيراً حتى ورد الجنان من أبوابها الثمانية.

- والذي قعد بأبي طالب وأركسه في الضلال صحبته وأعوان طريقه.

• **وإذا أردت أن تركز وتعتنق هذه العادة فاختر صاحباً يلظي همومك بالمشاريع والأفكار الحية**، ويدفع بك إلى مباهج العمل، وترد معه في النهاية إلى آمالك الكبار، وإياك وصحبة البطالين الذين لا هدف لهم إلا ضياع مقدراتهم في ملذات الدنيا وبنيات الطريق.

- وإذا أردت ملمحاً تطبيقيّاً لهذا المعنى فإليك هذه القصة التي أشار إليها الكاتب الصحفي محمد حطحوط في إحدى الصحف المحلية، قال: بطل هذه القصة شاب جامعي كان معدله الجامعي متدنياً، واضطر في النهاية لسحب ملفه الجامعي وترك الدراسة، وودَّع مدارج الجامعة بالكلية، ثم تحصّل على بعثة دراسية في أمريكا، ولكن تكرر الخطأ مرة أخرى ولم يستطع المواصلة، وأخفق ثانية وعاد لوطنه محملاً بخيبات الأمل وضياع مستقبل الحياة، ثم قدَّم أوراقه إلى جامعة الملك سعود، وتيسَّر له القبول،

فاتصل بالكاتب قائلاً: هذه ثالث فرصة تحدث لي وأخشى أن تكون ثالث الخسـارات، دُلَّني على طريقة أتجاوز بها عثراتي، وأتخلّص من عقدة ذلك الماضي، فقلت له وقتها: لن أثقل عليك بالنصائح، وسأدلك على طريقة واحدة لن تأخذ منك وقتاً ولا جهداً، ولكن أضمن لك إن طبقتها أن تبلغ مناك، ويتحقق لك ما تريد. وأخذ على صاحبه العهود والمواثيق بالتطبيق، ثم قال له: الفكرة التي سأرشدك إليها بسيطة وليست جديدة، ولكنها تحتاج إلى تطبيق مستمر؛ وهي: ألا تصاحـب في الجامعة إلّا المتفوقين دراسـيّاً أو (الدوافير) باللهجة الدارجـة! فقط هذا كل ما أريده منك، بين المحاضرات، عند القهوة والغداء أَحِطْ نفسَك بهؤلاء. فقـال صاحبه: ولـك عليّ عهـد أن أصنع ذلـك وأطبّق النصيحة بحذافيرها.

يقول: بعد مضي عام تقريباً اتصل به الطالب الجامعي مسـلِّماً ومبشِّـراً بأن معدله (٤,٩) في السـنة التحضيرية، وحصل على الكلية والتخصص الذي يريد.. ثم شكره على أن أهداه هذه النصيحة، ثم قـال الكاتب: الذي حدث ولم أخبر به صاحبـي وقتها أننا غالباً لا نـدرك التأثير المذهل لأصدقائنا علينـا؛ هذه هـي الحقيقة المرة.. قـل لي من تصاحب.. أَقُلْ لك من أنت!.

(من تصاحــب) لا يُقصــد بهــا فقط أصدقــاؤك في الاستراحة، وإنما تمتد إلى دائرة أوسع، إلى وسائل التواصل الاجتماعي؛ لتصبح: قل لي: من تتابع في تويتر وسناب.. أقل لك من أنت! إذا كنت تتابع جادين ناجحين فســتكون شــيئاً ما في مســتقبل أيامــك، وإذا كنت تتابع مشــاهير لا يضيفون لك شيئاً علمتَ أو لم تعلم أن حياتك ستتمحور حول التفاهات في النهاية. اهـ.

خاطرة:

اختر صاحباً مركّزاً، وتابع كاتباً مركّزاً، وزُرْ مشروعاً أولاه صاحبه تركيزاً؛ وســترى مباهج التركيز واقعاً مثيراً في حياتك مع الأيام.

* * *



دعوة للتركيز

قال أبو العباس ثعلب:

ما فقدتُ إبراهيم الحربي من مجلس لغة

ولا نحوٍ من خمسين سنة.

الفصل الثالث

نماذج في التركيز

- نماذج من التاريخ.
- نماذج غربية.
- نماذج في التدريب والممارسة.
- نماذج أخرى متنوعة.
- طالب العلم وعادة التركيز (أنموذجاً).
- العمل الخيري وعادة التركيز (أنموذجاً).

* * *

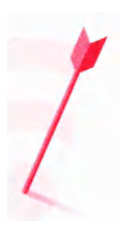
١

نماذج من التاريخ

• **ثمة نماذج في التاريخ عرفتْ كيف تصنع حياتها من خلال هذا المعنـــى**، وما زالـــت مرابطة على هـــذه العادة (التركيز) حتى صنعت النجاح، وبلغت أمانيها التي تريدها وكتبت تاريخها الذي كانت تشتاق إليه مع الأيام.

ـ قال **أبو بكر السجستاني** رحمه الله تعالى: دخلت الكوفة ومعي درهم واحد، فأخذت به ثلاثين مدَّ باقــلّاء (فول)، فكنت آكل منه وأكتب عن أبي سعيد الأشج، فما فرغ الباقلّاء حتى كتبت عنه ثلاثين ألف حديث.

ـ وقال **ابن أبي حاتم الرازي** فـــي أول كتاب (الجرح والتعديل): ســـمعت أبي يقول: أول سنة خرجت في طلب الحديث أقمتُ سبع سنين؛ أحصيتُ ما مشيت على قدمي زيادة عن ألف فرسخ. قال الذهبي معقِّباً: مسافة نحو أربعة أشهر ســـير الجادة. قال: ثم تركت العدَّ بعد ذلك وخرجت من البحرين إلى مصر ماشياً، ثم إلى الرملة، ثم إلى دمشق، ثم أنطاكية وطرســـوس، ثم رجعت إلى حمـــص، ثم إلى



الرقة، ثم ركبت بعد ذلك إلى العراق.. كل هذا في سفري الأول وأنا ابن عشرين سنة.

- وقال أبو العباس ثعلب: ما فقدتُ **إبراهيم الحربي** من مجلس لغة ولا نحو من خمسين سنة.

- وقال أبو مسعود عبد الرحيم الحاجي: سمعتُ **محمد بن طاهر** يقول: بُلتُ الدمَ في طلب الحديث مرتين؛ مرة ببغداد، وأخرى بمكة؛ كنت أمشي حافياً في الحر، فلحقني ذلك، وما ركبت دابة في طلب الحديث قط، وكنت أحمل كتبي على ظهري.

- وقال الذهبي في ترجمة **الجاحظ**: كان من بحور العلم، وتصانيفه كثيرة جدّاً، قيل: لم يقع بيده كتاب قط إلا استوفى قراءته، حتى إنه كان يكتري دكاكين الكُتْبيين ويبيت فيها للمطالعة، وكان باقعة في قوة الحفظ.

- وقال محمد بن يوسف البخاري: كنت مع **محمد بن إسماعيل البخاري** بمنزله ذات ليلة، فأحصيتُ عليه أنه قام إلى السراج وأسرج يستذكر أشياء يعلقها في ليلة ثماني عشرة مرة.



- وقال الخطيب: سمعتُ عليَّ بن عبيد الله اللُّغوي يحكي: أن **محمد بن جرير** مكث أربعين سنة يكتب في كل يوم منها أربعين ورقة.

• **هذه أحداث الكبار وهذه صناعة المؤثرين، وهذه قصة التركيز التي لا يتخلّف فيها الإنســان عن مشروعه وفكرته ســنوات طويلة تبلغ الخمسين ســنة**، وهو أحد المرابطين عليها؛ حتى يبلغ منها أحلامه، ويــرد بها ومن خلالها إلى أحواض عزه وأمجاده.

وإذا كنتَ عازماً على تدوين شيء في التاريخ يستحق الاحتفاء؛ فعليك أن تؤمن أنه ليس أمامك إلا التركيز حتى تشبع من فكرتك، وتلقى أفراح مشــروعك، وتشعر بأنك أقدر على الإمســاك بناصية ما أنت فيــه، وكاتب به ومن خلاله الحياة.

خاطرة:

مــن طــلاب العلم مــن يــدرك فــي خمس ســنوات ما لا يدركه غيــره في خمســين ســنة، وكل ذلك أثر صناعة التنظيم والترتيب والتركيز.

(عبد الكريم الخضير)

* * *

٢

نماذج غربية

- **في مرات كثيرة لا يشـــغلك عظم المنجز عن إدراك السر وراءه، وهذه العظمة التي تحققت مهما كان حجمها في النهاية هي نتيجة سر أجبرها على الظهور، وخلق لها واقعاً مع الزمن.**
- وإذا قرأت سيرة (**تاكيو أساهيرا الياباني**) أدركت كيف أن التركيز يصنع فارقاً بهيجاً في حياة الأشـــخاص والدول والأمم.

أرادت اليابان أن تكون شـــيئاً في صناعة المحركات، وأرادت أن تنقلها إليها، فاختارت لها بطلاً ليريها الإبداع في حياة إنســان، فبعثه رئيس دولتــه إلى ألمانيــا لنقل فكرة المحركات الألمانية إلى اليابان، غادر بلاده وبقي في ألمانيا ثمانية عشر عاماً متوالية، وجاء في النهاية حاملاً للفكرة من أصولها، وألقى بها في العاصمة، وحين جاء رئيس الدولة ليرى ذلك المشهد الذي اســتغرق ثمانية عشر عاماً، ورأى المحركات وهي تشتغل في أرض اليابان صناعة محلية؛ قال



(تاكيو أساهيرا الياباني): عدتُ إلى بيتي ونمتُ عشر ساعات، وهي أول مرة في حياتي أنام فيها عشر ساعات كاملة منذ ثمانية عشر عاماً.

فتأمل هذا المعنى واضرب له من سنام وقتك فكراً وتأملاً، واعلم أن الأفكار لا تلين لأصحابها إلا بعد زمن متوالٍ من التركيز، وبذل الأوقات والأموال في سبيلها.

لا تظنن يوماً أن نضوج فكرتك ونجاح مشروعك يحتاج فضول وقتك لتكوّن به فكرة في التاريخ، أو تكتب قصة حياة في واقعك.. كلا! عليك أن تؤمن أن واحدة من معاني التركيز ألا تبرح ما أنت فيه في الليل والنهار، والصيف والشتاء، في البرد والحر، في الجوع والفقر، في الحل والترحال، في أيام الحياة الطيبة وفي أيام فقر الحال والزمان.. فإذا ما تملكت مقومات البقاء كاملة؛ قامت فكرتك حية تقتات الحياة من قلبك ومشاعرك.



إن هذه الفكرة التي استقطعتْ من حياة هذا البطل ثمانية عشر عاماً حوّلت اليابان إلى دولة صناعية، واكتسحت ثورة أوربة الصناعية، واقتاتت منها اليابان روحها، وبنتْ منها عزّها، وما زالت تأكل منها ما يهيض عليها الحياة.

• وفي ذات المعنى ما صنعته **شـــركة أبل** عام (١٩٩٨م) وقد أوشـــكت على الإفلاس، ولم يكن بينها وبين الضياع وإعـــلان توقفها إلا ثلاثة أشـــهر، فاجتمع مجلـــس إدارتها لتدارك وضعها، واتفقوا على إعادة (**اســـتيف جوبز**) الرجل المطرود منها عـــام (١٩٩٢م) مرة أخرى إليهـــا، وحين جاء (استيف جوبز) طلب أن يجتمع موظفو الشركة جميعاً بما فيهم مجلس الإدارة، ثم وجَّه لهم هذه الرسالة: (يجب على مجلس الإدارة أن يقدم اســـتقالته من الشركة، أو ستصلكم اســـتقالتي عبر البريد في اليوم التالي) ثـــم خرج.. فاضطر مجلس الإدارة لظروف الشـــركة أن يتقدموا جميعاً باستقالة جماعية، واضعيـــن هذا الرجل في موقـــف حرج وتحدٍّ في الوقت ذاته أمام معضلة قد لا يستطيع أن يخرج من أحداثها.

عاد (استيف جوبز) للشركة وكانت الشركة وقتها لديها مئتا منتَـــج، فخفّض هـــذه الكمية الكبيرة مـــن المنتجات وألغاها، ولم يبق منها إلا أربعة مسارات فقط؛ في دعوة منه إلى ضرورة التركيز والعناية بالكيف على حساب الكم.



وبعد عام من استلامه للشركة جمع كبار الموظفين في الشـــركة، وطلب منهم جميعاً كل واحد يفكّر في فكرة أو منتج تعمل عليه الشركة خلال العام القادم، ثم ضغط هذه الأفكار إلى عشـــرة أفكار، ثم كتبها على ورقة، ثم شطب

على السبع السفلى، وقال: شركة أبل ستركز فقط على أول ثلاثة منتجات فقط..

وكتب أحد الكتاب سيرة ذاتية لـ (استيف جوبز) ذكر فيها خمسة أسباب هي التي تقف وراء نجاح هذا الرجل وقدرته على الإبداع؛ جاءت (مهارة التركيز) على رأس قائمة تلك الأسباب.. واستطاع هذا الرجل من خلال مهارة التركيز أن يحوّل شركة على وشك الإفلاس إلى شركة توازي ميزانيتها ميزانية دول مجتمعة! فتخيّل هذه النقلة من مئتي منتَج إلى ثلاثة منتَجات فقط حتى تعلم أن التركيز يصنع الحياة.

خاطرة:

إذا أردت كلَّ شيء؛ فلو صنعت لها كل شيء؛ فلن تبلغ منها في النهاية أيَّ شيء.. (تعلَّمْ كيف تختار فكرة، ومشروعاً، وتخصصاً، ومنتَجاً واحداً، ثم توجَّه له طاقاتك ومهاراتك وإمكاناتك ووقتك في الحياة، وننتظر منك في النهاية أن تحكي قصتة إبداعك ونجاحك وتفوُّقك للعالمين).



* * *

٣

نماذج في التدريب والممارسة

• زرتُ ذات مرة **جامع الراجحي في مكة**، وتجولتُ في أدواره، وكنتُ أستمع إلى شرح مفصَّل عن الجهود التي تبذلها اللجان داخل الجامع، ولفت نظري حديث الرجل عن حلقة من حلقات التحفيظ؛ فيها ستون طالباً فقط، بين حلقات الجامع التي تجاوز فيها العدد ست مئة طالب، وإنما كانت هذه الحلقة قليلة العدد لأنها تعتمد مهارة التركيز، ولذلك مَلّها كثير من الطلاب ولم يقووا على الاستمرار فيها.

وكانت مهارة التركيز في هذه الحلقة تتمثّل في أن الطالب يقرأ الوجه الواحد أربعين مرة لا يخلُّ بواحدة منها، ثم يسمّع بعد ذلك على شيخه، والنتيجة النهائية لهذه المهارة أن الطالب يتم القرآن، ثم يعرضه في النهاية كاملاً لا يكاد يخرم منه شيئاً..



وحينها لم يكن الشيخ موجوداً، فأخذت جواله ثم اتصلت به وسألتُه عن هذه الطريقة، فقال لي: وأبشرك أن من نتائجها أنه ختم أحد المتقاعدين خلال هذا الأسبوع

بهذه الطريقة، وعــرض القرآن في عدد مــن المجالس لم يخرم منه شيئاً.

وقد جربتُ هذا بنفســي ووجدت أثره؛ فما قرأتُه بهذه الطريقة أقرأه في إمامتي بالمصلين فــي الصلوات الجهرية لا أكاد أخرم منه شــيئاً، وما أكثر الخطــأ الذي يلازمني في الصفحات التي لم تحظَ بهذه العادة في أيام ضبطها وحفظها.

• لقد شــاهدتُ الآن في اليوتيوب من **يتصرّف بالكرة كيفما يشاء**، ويمضي وقتاً طويلاً لا تنزل من قدمه، ويجري في الطريق وهــو يلعب بها؛ لا يتوقف لهــا، ولا تنزل عن قدمه، ورأيته يصوبها بقدمه ويضعها في شباك كرة السلة من أول وهلة، وكيفما يريد، وقد يضعها مباشرة من قدمه لذلك الشباك، أو يضربها في زاوية من الجدار وتأتي لذلك الشباك مباشــرة، ويأخذ كرتين يضرب الأولى في الهواء ثم يأخذ الأخرى ويضربها بقدمه فتصطدم بالأولــى دون أن تختل واحدة من تلك المحاولات ولا في مرة واحدة. ورأيت من يصوّب الكرة من مسافات بعيدة ويضرب بها عمود المرمى وفي المكان الذي يريد، ولو سألت: كيف بلغ هذا المستوى الاحترافي في هذه المهارة؟ فالجــواب ـ ومثلك أوعى ـ: (التركيز)؛ فهــو بذل أياماً وأشــهراً وســنين فــي التعلم والتدريب على شيء واحد لم يفارقه حتى أجاده وضبطه.



• ولعلك رأيتَ ذلك الذي **يكتب على شاشـــة جهازه اللوحي في سرعة غريبة وعجيبة وبكلتا يديه**، للدرجة التي تقضي وقتاً في الفرجة على هــذه المهارة وتتمنى ألَّو كنتَ كذلك وبذلت لها كل شـــيء.. بما يدلك على أن كل شيء في الإمكان، وأنك إذا أردت شيئاً بلغته مهما كانت كلفته.

• وإني قائل لكل من يقرأ حرفي هذه اللحظة: **إذا رغبت في شـــيء رغبة ملحَّة؛ فهبه وقتك، وزد في ساعات تعلمه، واعكف عليه، ولا تتركه في ساعات الليل والنهار**، وأعدك بإذن الله تعالى أن تكون مثلاً يُحتفى به، وســـتزورك أجيال كثيرة يرون إبداعك وموهبتك، ويتمنون يوماً أن صنعوا مثل ما صنعـــت أيّاً كانت هــذه المهارة التي تدربـــت عليها أو انشغلت بها فترة من زمنك.

خاطرة:



هل تصورت يوماً امرأةً أميةً لا تعرف حرفاً من العربية وفي الســـبعين من عمرها حفظت القــرآن أو كادت.. (إنها تســـتقطع يومها كلــه أو جُله في ســـماع صوت المقرئ، وتردد معه، ثم جاءت إلى أشواقها كما تشاء).

* * *

٤

نماذج أخرى متنوعة

• لو أنك استعرضت بعض المؤثِّرين في الساحة وصانعي الحياة وكُتّاب التاريخ؛ لرأيت كيف علاقتهم بهذه العادة المؤثرة في الحياة: (التركيز)، ولأيقنت أنها هي وراء تلك الأحداث التي كتبوها، والمشاريع التي تركوها إرثاً تتقاسمه أجيال الأمة إلى حين!.

- خذ على سبيل المثال **ابن قدامة** رحمه الله تعالى، وسترى أنه أَمَّ الفقه زمناً طويلاً، فصنع للأمة إرثاً فقهيّاً مباركاً ما زالت الأمة تَرِدُه وتستقي منه كل حين.

- **والألباني** لا يختلف اثنان اليوم أن صناعته حديثية، وهذا الرواج في جوامع المسلمين ودروسهم ولقاءاتهم: صحَّحه الألباني، حسَّنه الألباني، ضعَّفه الألباني؛ هي من صناعة هذه العادة (التركيز)، وقد انشغل بمعنى واحد حتى أنك لا تتطلَّع اليوم لرأي الألباني الفقهي في مسألة من المسائل، مع أن له آراء وخرجت في رسالة علمية في مجلدين، ولكن الراية التي عُرف بها، والفن الذي ركّز

عليه، والشغف الذي وهبه عمره كله؛ هو ما ترى المسلمين اليوم يتحدثون فيه ويحفظون منه كل شيء.

- وإذا رأيتَ تاجراً مليّاً؛ فاعلم أنه عاش كل عمره خلف المال حتى أمسك بوثاقه، وجاء به إلى مساحته، وذاق منه أمانيه، ولو أنك استعرضت سيرة **سليمان الراجحي** غفر الله تعالى له؛ وهي مسجلة في النت؛ لرأيت شغفاً وحبّاً وتركيزاً من أيام صغره إلى أن بلغ التسـعين من عمره؛ لم يتخلّف عن هذا المشـروع، ولم يترك هذه الفكرة، وما زال مرابطاً عليها حتى لحظة كتابة هذه الأسطر، ودفع منها ومن خلالها آمال أمته وشارك في نهضتها!.

- والذي يدير شأنَ تخصُّصٍ دقيق **في الطب** مثلاً؛ جاوز الأربعين وهو يجري في فلك هذا المعنى، ولم يتخلَّف عنه لحظة، حتى بات يقوم على أرواح العالمين بامتياز.

- **والمهندس** الذي يجد لهف مشروعه سيخبرك كم من ليلة قضاها لا يعرف سـوى خرائط المساحات وأحجامها، وغيره في ربيع الأيام يلهو مع الرفاق.

- وقد قال الفرّاء: إنما تعلّم **الكسائي** النحو على كبر. اهـ. وأظنك تعرف من هو الكسائي جيداً!.

- وجاء فـي ترجمة **القفّال** أبي بكـر عبد الله بن أحمد المروذي؛ قال الذهبي: حذق في صنعة الأقفال، فلمَّا صار

ابن ثلاثين سنة أنس من نفسه ذكاءً، وأحب الفقه، فأقبل على قراءته حتى برع فيه وصار يُضرب به المثل.

وقال الفقيه ناصر العُمري: لم يكن في زمان أبي بكر القفّال أفقه منه، ولا يكون بعده مثله، وكنّا نقول: إنه مَلَكٌ في صورة إنسان، حدّث وأملى، وكان رأساً في الفقه قدوة في الزهد. اهـ.

فتأمل هذا الرجل الذي يأتي الفقه وهو في سن الثلاثين، وهو لا يعرف سوى صنعة الأقفال، وصنع فيها الإبداع، ثم يأتي إلى علم لا يعرف أوله من آخره، ولا يبرحه حتى يكون رأساً فيه وصاحب راية. فيا أسفاً على حياة الرجال!..

- وقد قلتُ لك سابقاً: حتى **الكرة** الذين وهبوا لها وقتاً وجعلوها قضية، ومنحوها أفكارهم ومشاعرهم؛ جاءت تتهادى على أقدامهم لا تكاد تبرحها البتة. ومثلك أوعى بالحياة!..



• هذه هي الحقيقة التي يبحث عنها طالبو النجاح، كما هي، تقول لهم: **الذين تصالحوا مع التركيز، وبنوا معه علاقة متينة، وحددوا ما يريدون، وبدؤوا رحلتهم لا يلتفتون إلى شيء غير ما حددوه؛ هم الذين بلغوا مناهم، ووصلوا في النهاية إلى أحلامهم كما يشاؤون.**

يا أيها القــرّاء! يا أجيــال الأمة! الحياة فــرع عن هذه العادة، وهي أصــل كل نجاح، وإذا أردتــم أن تبلغوا تلك الأماني التي تحلمون بها؛ فاختاروا شيئاً واحداً، ثم انطلقوا في مساحات الأرض، ونحن نعدكم أننا سنكون على قارعة الطريق الذي اخترتموه بأنفســكم لن نبرحــه حتى نلتقي وإياكم على تلك المســاحات، وإلى ذلك الحين ســنظل نرقب كل بارق بالأمل.

خاطرة:

المهارة، والفكرة التي تصرف عليها ثلاث ساعات يوميّاً لا تتخلّف عنها؛ ستملك ناصيتها، وتكون صاحب بصمة الإبداع فيها، والمشــروع الذي تهبه هــذا الوقت من عمرك ولسنوات ستكون مرجعاً فيه وصاحب رأي.. (فلا تبرح حظوظك من الحياة).

* * *



٥
طالب العلم وعادة التركيز (أنموذجاً)

• **من المشكلات الجوهرية التي تواجهها الأمة اليوم: أنه طال انتظارها لطالب علم يعيد مباهج العلم في واقعها**، وترى فيه الأمةُ مشاهدَ السابقين، وكلما زاد الأمل طال الانتظار، وسبب ذلك ـ والله تعالى أعلم ـ كثرة الصوارف والملهيات التي وقفت دون طالب العلم وأمانيه؛ فلم يعد مرُكّزاً فيما يريد، فزادت همومه، وتضاءلت أمانيه، وتوسَّع الرقع عليه؛ فلا هو الذي تنبه لحاله واستدرك زمانه الفائت بشيء من التركيز، ولا هو الذي صنع لأمته شيئاً مع طول زمانه.



وفي مرات كثيرة لا تكون هذه الصوارف التي ذكرناها هي مما يشتكي منه عامة الناس؛ فإن الخلوص من هذا المعنى لمن كان جادّاً ويُنتظر منه شيءٌ سهل جدّاً، ولكن المصيبة العظمى أنه في ذات الطريق (طريق العلم)، ولم يرزق تركيزاً، فعاش عمره كله أو يكاد وهو لم يحصل إلا نزراً يسيراً لا يصلح أن يكون به من القدوات في مستقبل الأيام، وهذا هو مكمن الخطر!..

ولعل هذا الكتاب يكون كالسُّلَّم الذي يُعينه للرقي والخروج من هذا المأزق، والعودة من جديد للتصحيح والبدايات التي يمكن أن تكون أحلامه في قادم الأيام.

• **إن مشكلة كثير من طلاب العلم: أنهم ينفقون زهرة أعمارهم في حفظ فروع العلم وليس في أصوله، في مسائله وليس في قواعده،** فيمضي زمن طويل من أعمارهم وهم يعالجون هذه الفروع؛ وهي تتفلَّتُ عليهم، ولو أنهم فطنوا للأصول والقواعد؛ لجاءت الفروع إليهم تتهادى كالخرز المنظوم في خيطه لا يختلف منه شيء.

وقد قال **سليمان بن ناصر العبودي** في كتابه (المرقاة) كلاماً كالماء الزلال في هذا الشأن، قال: إن الأرضية العلمية؛ وهي أصول المسائل في باب ما من أبواب العلم، وهي تلك التي ينفق عليها طالب العلم ولأجلها وجه النهار وآخره، ثم إذا ما منّ الله تعالى عليه باستقرارها في صدره وثباتها في عقله أصبحت مغناطيساً جاذباً لمعادن المعلومات العابرة؛ لا يكاد ينسى منها شيئاً، **فالعلم كلما استقرت أصوله حول باب ما؛ لانت فروعه...**



وقد قال **ابن عبد البر** رَحِمَهُ ٱللَّهُ تَعَالَىٰ: **وخير العلوم ما ضُبط أصله، واستذكر فرعه.**

ـ ثم طرح العبودي غفر الله تعالى له سؤالاً مهمّاً ممَّا ينداح في ذهن طالب العلم في هذه المساحة بالذات؛ وهو: **كيف يضبط طالب العلم أصلاً**؟ ثم ذكر بأن جواب هذا السؤال واسع الخطو طويل الذيل، واقتصر على وسيلة واحدة من وسائل ضبط أصل العلم كان بعض العلماء قديماً وحديثاً حفيّاً بها، ومن جرَّبَها وجد ثمرتها يانعة، ولكنها كبقية الوسائل نجاحها رهن على قدرة الطالب على الجَلَد واحتمال إدامة النظر في كتاب واحد؛ فأين من يصبر لموسم القطاف؟! ألا وهي وسيلة (التلخيص والاختصار)..

ثم ذكر أن هذا هو شأن **الذهبي** رحمه الله تعالى، وما أكثر مختصراته للكتب؛ حتى قال عنه مؤرخ مكة تقي الدين الفاسي: قلَّ أن أرى كتاباً لغيره إلا اختصره واستدرك فيه وانتقى منه. اهـ.

فلم يكن الذهبي مثلنا يسترق النظر استراقاً لعيون المؤلفات والتصانيف، ثم يطويها وراء ظهره طيّاً إلى ما سواها!.



ومثل الذهبي في هذا الشأن **ابن منظور** صاحب (اللسان)، يقول عنه الصفدي: لا أعرف في الأدب وغيره كتاباً مطوَّلاً إلا وقد اختصره وزوّق عنقوده واعتصره. اهـ.

• **إنني أذكّر طلَّاب العلم أن التركيز على أصول العلم وقواعد وضوابطه من أعظم ما ينبغي أن تُصرف فيه**

الأوقات، ومن المعلوم أن لكل علم قواعد وضوابط يجب أن تُعْـرف وتُبْرز وتُقْضـى فيها الأوقات قـراءة وحفظاً وضبطاً وتكراراً.

وثمة كتب يجب على طالب العلـم ألا تفارقه في كل لحظة، وأن تكون هي أصوله التي يرجـع إليها كل حين، وذلك في تخصصه؛ سواءً كان فقهاً أو حديثاً أو تفسيراً أو عقيدة، تكون هي أكثر ما يقضي فيه وقته قراءة وتكراراً وإن طال الزمان.. يمكن أن يقتصر على كتاب أو كتابين أو ثلاثة تكون هي سـلوته في الليل والنهار، والبكور والعشي، في السـفر والإقامة؛ لا تكاد تفـارق عينه، مـع ما يمكن أن ينضاف إليها من كتب أخرى؛ ولكن هذه الكتب لا تفارق بصره في الليل والنهار.. وربما يكون بعض هذه الكتب هي التي اختصرها في الفن الذي سـيتخصص فيه، وإني قائل لك عن تجربة شخصية وقد منّ الله تعالى عليّ بهذا المعنى؛ أعني: (تلخيص واختصار الكتـب)، ونفعني الله تعالى بها نفعاً عظيماً؛ حتى في مشـاريعي التربوية والدعوية، فضلاً عن المشروع العلمي الذي هو الأصل، وما أشعر بنعمة تلذ على قلبي مع الزمن، ويزداد شعور الفرح بها كل حين مثل هذه النعمة، ولو قلتُ لك كل ما في نفسي فربما لا تصدقني من غبطتي بأثـر هذا المعنى، وهذا كان فـي باكر الطلب، وربما لو تأخرتُ لما صار لي منها شيء.



فإذا ما كان طالب العلم كذلك كان بإذن الله تعالى أقرب ما يكون لمباهج العلم، ولقي حظَّه منــه أعجل ما يكون، والله المســتعان، وعليه التكلان، وهو المؤمل في ساعات الليل والنهار.

خاطرة:

ضع عينك على أصول العلم وقواعده، ولا تبرحها عينك زمناً حتى تلقى منها أمانيك، (وليكن لك كتاب أو اثنان أو ثلاثة رفقــاء دربك، وندمــاء ليلك؛ تكــرر قراءتها، وتعلّق عليها، وتدرس فيها ما بقي من عمرك).

* * *

٦
العملُ الخيريُّ وعادةُ التركيز
(أنموذجاً)

• **إن جزءاً كبيراً من مشاريع الأمة اليوم عبارة عن مكاتب وجمعيات ومعاهد ومؤسسات ضخمة، وهي أحوج ما تكون إلى عادة التركيز،** وما لم تتحلَّ بهذا المعنى، وإلا طال انتظارها للثمار التي تريدها، والآمال التي تهتف بها، وقد لا تلقَى حظَّها الكبير من النجاح في النهايات.

والمتأمل في هذه الأعمال سيجد عملاً بهيجاً ورائعاً، ولكنه في جزء كبير منه قد لا تُلمح فيه نَفَسُ هذه العادة، ولا تجد شيئاً يمكنك أن تفاخر به مع الأيام، وإن كانت هي على خير بحمد الله تعالى؛ ولكن المنافسة الحقيقية والآمال التي تُنتظر منها كبيرة وضخمة، وتحتاج إلى قدر عالٍ من التركيز تجد به واقعها مع الأيام.



إن مكاتب الدعوة ـ كمثال ـ مع تنوُّع أعمالها وجهودها الضخمة التي تحرص على إيصال رسالة الدعوة إلى كل من في مساحتها؛ عليها أن تدرك أن نقطة الارتكاز

التي لديها، والموضع الذي تحتــاج أن تضع عليه علامة (x)؛ هــو إعداد الصــف الثاني القادر علــى حمل أثقال الدعوة وهمومها والقيــام بواجبها الكبير على مســتوى الجنســين؛ كإعداد طــلاب العلم، والدعــاة، وأصحاب المشــاريع، وحاملي الرايات كل في مجاله، وإلا صارت تستنفذ قواها وقدراتها وإمكاناتها، ثم في النهاية ستضطر مرغمــة للوقوف عــن واجباتها الأصــل، والاعتذار عن مواصلة الطريق.

- **ولا أعلم معضلــةً تواجه هذه الجهــات اليوم مثل معضلة الطاقات التي تقوم بأعباء المشــاريع في واقعها، والنهضــة بالمســاحة التي هــي فيهــا**. وإذا أرادت هذه الجهات الحياة فعليها بالتركيز على إعداد هذه الأجيال، والتعــاون مــع جمعيات التحفيــظ في اختيــار النخب المناسبة لحمل الراية فيما يستقبل من الأيام وفق برامج مرتبة، وقادرة علــى إعدادها وتأهيلها، حتــى تأتي أيام الربيع المنتظرة منها في مستقبل الأيام، وقُلْ مثل ذلك في تركيز هذه المكاتب علــى إدارة الأولويات في برامجها، وتوجيه جهودها على الأصول؛ كالدعــوة إلى التوحيد، وأركان الإســلام، وإصــلاح القلوب، ووحــدة الصف، وتكوين الجماعة المســلمة حتى تكــوّن القاعدة الصلبة الصالحة للبناء.



• **رائعة جدّاً تلك الجهود التـــي تبذلها مكاتبُ الدعوة،** لكن **الســـؤال المهم** الذي يحتاج إلى جواب: **هل لدى هذه المكاتب ثـــلاث أولويات كحـــد أقصى توجِّه لهـــا المال والوقت والجهد؛ وهي رأس مالها في النهاية؟** وتستطيع أن تقول بعد خمس سنوات: بلغنا ما نريد؟.

الجواب على هذا السؤال من عدمه هو الذي يحدد قدرة هذه المكاتب على التركيز أو ضياعها في المشتتات.

• **وجمعيـــات التحفيـــظ** كذلـــك لديها أجيـــال الأمة ومقدراتها وتاريخها الكبير؛ **فهي** بحاجة إلى استثمار نوعي يحقق أعظم الأهداف من وجودها، ويستطيع أن يقطف منها الثمرة المناسبة وقت الحاجة.

إن الزمن الـــذي يقطعه الطالب فـــي حفظ كتاب الله تعالى أصل لا ينبغـــي أن يتخلَّف عنـــه؛ لأن حفظ هذا الوحي هو أول لبنة في البناء، وإذا استطاع أبناء المسلمين أن يضبطوه اســـتطاعوا أن يقفوا في وجه كل دعي، وأن يرابطوا على الثغور رباط الجادين، ولكن مع عظمة هذا الثغر وأهميته يجب أن ترتّب برامـــج تربوية جادة تعين على تشـــكيل قيم هـــؤلاء الطلاب من خـــلال الوحي؛ **كالمشـــاريع التدبُّرية لكتاب الله تعالى** مثلاً، وأن يُسقى هؤلاء الطلاب من بركـــة هذا القرآن فهمـــاً وتدبراً حتى

تتشكَّل الشخصية الإسـلامية من خلال كلام الله تعالى، وينبغي في المقابـل أن يكون ثمة تكامـل مع مكاتب الدعوة، وأن تختار النابغيـن والجادين في برامج علمية تؤهِّلهم للعمـل والبنـاء، وتجعلهم قادة يديرون شـأن مجتمعاتهم ووطنهم وأمتهم في مستقبل الأيام.

- **وجمعيات البر ينبغي لها كذلك أن تسأل نفسها هذا السـؤال الكبير: ما القضايا الكبرى التي تحتـاج منها إلى تركيز؟** ثم تبدأ بوضع يدها علـى قاعدة البناء والتغيير من خلال هذه الفئات التي تتعامل معها كل يوم.

إن من الغبن أن تعيش هذه الجمعيات وليس همها إلَّا طعام وكساء؛ مع أهميته وضرورته إلا أنه ينبغي أن يأتي في ثوب القيم التي تكسـوه معنى؛ حتـى لا يتربَّى هذا الفقير على الكسل والخمول، ونؤهِّله دون وعي على اليد السفلى!.



إن وجود برامج تنتهي بالتوظيف مثلاً، والأسر المنتجة إذا خلت من المفاسد التي تخالطها في مرات، وتقديم هذا المدد وفق برامج تربوية واجتماعية، وإعداد الأسر القادرة على اسـتثمار كل ما يأتيها من خلال برامج ميزانية الأسرة ونحوها؛ قد يصنع لهذه الجمعية شأنها، ويعينها على التأثير والبناء في واقعها.

• **وقُلْ مثلَ ذلك في كل جهة تقوم على رعاية الإنسان في شــأن من شــؤونه؛ يجب أن تعــرف قيمة هــذه العادة (التركيز) في عملها وواقعها**، وكيف تستثمرها في بناء القيم والمثل، وتصنع من خلالها الأحداث الفاعلة في واقعها.

خاطرة:

مــن الضــرورة بمــكان أن تتــآزر الجهــود الجماعية والفرديــة، وتأتلف فيمــا بينهــا؛ حتى تكــوّن النقلة الحضارية لأي مساحة تكون فيها، وتكتب حظها الكبير من النهضة في مستقبل الأيام.

* * *



الفصل الرابع

التركيز:
حاجة وتوازن وحسن صلة بالله

- سؤال ما قبل النهاية.
- ماذا يعني سؤال التركيز؟.
- أعظم أسرار التركيز.

* * *

١

سؤال ما قبل النهاية

• **فإن قلت:** إن لم يكن لي مشــروع، ولــم أعثر على تراتيل هذه القصة، ولم يفتح الله تعالى عليّ في مجال من المجالات، أو فكرة من الأفكار الممتعة؛ فهل انتهت قصة بناء هذه العادة ولا حاجة لي بهذا المعنى، ولست من قُرّاء تفاصيل هذا الكتاب؟.

فنقول لك: لا، بل يمكنــك أن تتعلّم هذه العادة لتنجز عملاً في وظيفتك، وتنهي شيئاً مكلَّفاً به مع الأيام، وتقوم بدور من أدوار الحياة في أي مجال من المجالات تستطيع أن تقدم فيه شيئاً، وتبني فيه شكلاً من أشكال العمل والبناء.



• **نحن في حاجة إلى عادة التركيز في تربية أبنائنا**؛ فإن هذه الجهود الضخمة والمســافة الطويلة التي تستقطع في تربية هذه الأجيال بحاجة إلى سؤال التركيز:

ـ ما مصفوفة القيم التي يجب أن تتربَّى عليها الأســرة خلال الزمن الذي نقضيه مع أبنائنا في بيت واحد على مدار عشرين عاماً أو تزيد؟.

- ما القضايا الكلية والأصـــول الجامعة التي يجب أن تكون في درس الأسبوع والشـــهر، تعاد وتكرر حتى تلقى حظها من التطبيق؟..

إن جملة عريضة من الأسر تقضي زمناً طويلاً ولا تجد تأهيلاً لهؤلاء الأبناء في:

- كيف نتعامل مع الآخر؟.
- كيف ندير الخلاف إذا وقع؟.
- كيف نواجه مشكلاتنا في الحياة؟.
- كيف نحافظ على كيان الأسرة من الانحلال؟.
- كيف نتواصل بفاعلية مع مَنْ حولنا؟.
- ما الواجبات التي علينا؟ وما الحقوق التي لنا؟.
- متى نطالب بحقوقنا؟ وكيف؟..

ونحو هذه المعاني التي يجـــب أن تكون من أولويات كل أســـرة، فضلاً أن يبلغ الولد أو البنـــت ويتزوجا وهما لا يعرفان المبـــادئ العامة؛ فضلاً عـــن غيرها من الأصول والقيم الكبرى.



• **الخطيـــب - مثلاً - فـــي حاجة ملحَّـــة لتعلُّم درس التركيز في الموضوعات** التي يناقشها مع جماعة مسجده وحيِّه كل أسبوع:

ـ ما الأصول التي ينبغي أن تأخـذ حظها من الحديث والنقاش والطرح في كل جمعة؟.

ـ ماذا لو عنـي الخطيب بدرس التوحيـد زمناً، ونوّع وشـكّل في الحديـث عنه حتـى يصنـع قلوبـاً متوكلة لا تصدعها الأحـداث مهما كان حجمهـا وأثرها في واقع الناس يوماً ما؟.

ـ كم يجب أن يأخـذ درس القيم الكبـرى والمبادئ العظيمة خلال هذه الخطبة؟.

ـ ما علاقـة الخطبة بصـلاح القلوب، وبنـاء الأخوة الإسلامية؟.

ـ ما مسـاحة تعظيـم الوحـي قرآناً وسُـنة فـي تلك الخطبة؟...

وما هذا الخلل الذي نعانيه اليوم في المفاهيم في كل حادث يدلف على الواقع إلّا نتيجـة لتفريطنا في بناء ذلك عن طريق هذا الصرح الكبير.



• **مشروعك** الذي تديره هو كذلك يجب أن يُدار عليه سؤال التركيز:

ـ هـل أنت على أصول مشـروعك وقضايـاه الكبرى ويجري وفق القيم؟.

- هل يركّز مشـــروعك على الكيف أم ما زال غارقاً في الكم؟.

- هل السؤال الذي يحاصرك في كل نشاط لمشروعك: كم نفذت؟ وكم صنعت؟ أو يقلقك سؤال الكيف ويجبرك على تحري الأثر الذي يتركه مشـــروعك فـــي الواقع الذي يعيش فيه؟...

ونحو ذلك مما يجب أن يستحوذ على شعورك في كل مجال تديره في شأنك؛ سواء الخاص منه أو العام.

• التركيز يحتاجه **الموظف** الذي يداوم كل يوم، ويخرج من دوامه وثمة قضايا مركزية لم تفتح ملفاتها فضلاً على أن تنتهي، وقد ترى كثيرين يداومون ساعات طويلة ولكن لا أثر لهذه الساعات في يومهم، وقد يقع في جملة من مساءلات ونقاشات مع رئيســه في العمل، ويترتب على ذلك خلاف لغياب هذه العادة.

لو أن هذا الموظف عرف قيمة هذه العادة وبناها في كل يوم يدخل مكتبه؛ لصنع ما يستريح به عقله، وتهدأ به نفسه، ويجد مع الأيام شوقاً للعمل.



• **التركيـــز يحتاجه من يشـــارك في وســـائل التواصل الاجتماعي:**

- ماذا يكتب كل يوم؟ وماذا يناقش من أفكار؟.

- ما الأصول والقضايا التي يجب أن يبعثها من خلال هذه الوسائل؟.

- ما الأفكار التي يجب أن يدار طرحها من خلال هذه المساحات؟..

إن من الحرمان أن تجد إنساناً يشارك كل يوم لا يدري ما يقول وما يصنع؟ وحري بصاحب هذه المساحة أن يكون على علاقة وطيدة بعادة التركيز حتى يأتي من خلال المساحة التي يوجه من خلالها على أمانيه.

• **الذي يريد أن يبني عادة القراءة في واقعه يحتاج هذا المعنى**، كثيرون يقرؤون قراءة مشتتة، وتمضي سنوات طويلة ولم يحصّلوا شيئاً، ماذا لو وضعوا منهجاً لكتب التاريخ والأدب والفكر والتربية، ورصدوا لها جداول مرتبة ينتهون منها في زمن يسير، وتؤتي تلك القراءات ثمارها بعد زمن.



خاطرة:

كل عمل تديره أياً كان نوعه ومجاله وتخصصه وفكرته؛ هو أحوج ما يكون إلى هذه العادة فيه، (وإذا تخلّفت عنه هذه العادة؛ فلا مفروح به في شيء مع الأيام).

٢

ماذا يعني سؤال التركيز؟

• قد **يتساءل** قارئ هذا الكتاب في النهاية: هل عادة التركيز التي دعا إليها هذا الكتاب، وأصَّل لها ومثَّل عليها وذكَّر بنماذجها وبيَّن مكاسبها؛ قادرة على تحقيق ما نصبو إليه من آمال؟ وهل هي كافية في حلول مشكلاتنا التي نعانيها؟.

والجواب على هذا السؤال: أن هذه العادة تؤكّد عليك أن يتحوّل ثلثا وقتك إلى **تخصصك** ومشروعك ومجالك وفكرتك الممتعة حتى يغمره الفرح، وما بقي من وقتك يجب أن يصرف في بقية الأدوار؛ كل بقدره لا يختل من ذلك شيء.



• **إن التوازن عزيز جدّاً**، وليس من شأن النجاح والتفوّق والتركيز الذي نتحدّث عنه أن تبدد كل وقتك في مجالك وتخصصك ومشروعك وفكرتك ولا يبقى لمسؤولياتك وواجباتك شيء من وقتك؛ فإن هذا خلل مُؤْذن بالإخفاق والفشل مع مرور الأيام.

حين تُرزق نجاحاً في فكرتك ومشـــروعك ومجالك، وتخفق في إسعاد أســـرتك، أو تُقَصِّر في وظيفتك، أو في قيامك بحق رحمك، أو تتهـــاون في واجب من الواجبات؛ فإن هذا الفشـــل ســـيلتهم نجاحك، وســـيجعلك في عداد المخفقين ولو كنتَ تمســـك بعنان الســـماء لنجاحك في مشروعك وفكرتك.

إن من الضرورة بمكان أن تُحسن قراءة جانب التوازن، وأن تمنحه حقَّه من الاهتمام، وأن تعلم يقيناً أن أي خلل في هذا الشأن مورد بك على الإخفاق وإن طال زمان نعيمك، وقد قال ﷺ في تحريـــر مفهوم التـــوازن: «**إن لربك عليك حقّاً، وإن لنفسك عليك حقّاً، ولأهلك عليك حقّاً، فأعطِ كلَّ ذي حقٍّ حقَّه**».

وقال ﷺ في حديث آخر: «**صـــم وأفطر، ونم وقم؛ فإن لجســـدك عليك حقّاً، وإن لعينك عليك حقّاً، وإن لزوجك عليك حقّاً، وإن لزورك عليك حقّاً**».



الناجحـــون بامتياز هم أولئـــك الذين يديـــرون فكرة ومشروعاً وقضية في حياتهم، ويحسنون التركيز على هذه القضية بامتياز، وهم فـــي الوقت ذاته يقومـــون بأدوارهم الأخرى، ويمنحونها حقَّها من الجهد والعمل والبناء.

• **إن لدى الإنسان واجبات أخرى غير فكرته ومشروعه، ولديه التزامات مع الآخرين من حوله، وكمال الوعي والتوفيق أن نمنح كل دور حقه ووقته المناسب له دون خلل**.. وبهذا سنرد النهايات ونحن في كامل البهجة، وعظيم السرور ممَّا نشعر به ونلقاه من توفيق.

خاطرة:

يجب أن يمضي ثلثا يومك باتجاه بوصلة الشمال؛ (باتجاه الفكرة والمشروع والتخصص والمجال والمهارة)، وما بقي يؤسس لفضيلة التوازن، ويعطي كلَّ ذي حقٍّ حقَّه.

* * *

٣

أعظم أسرار التركيز

• **من أعظم أسرار العون على هذه العادة،** وتوكيدها في حياتك، وعناق آثارها، ولقاء حظِّك من النجاح والتوفيق، وبلوغ مشاريعك أمانيها؛ **حسن الصلة بالله تعالى.**

من أراد أن يبلغ مباهجه كما يشـــاء؛ فعليه أن يحســـن ما بينه وبين الله تعالى.

إن كل ما مضى من الوســـائل التي تعيننا على التركيز والنجـــاح هي وقف على هـــذا المعنى، ومـــن تخلّف عنه تخلّف عنه كل شيء.



هذا واللهِ هو فقه الحياة، وإن كان ثمة وعي فليُنِخْ عاقلٌ مطاياه في رحاب هذا المعنى، ولا يبرحه لحظة من عمره، وسيأتي زمان الربيع وإن طال.

• إذا أردت أن تبلـــغ أمانيـــك **فيمـــم وجهـــك باتجاه المسجد؛ قم بحق الصلاة،** وإذا ســـمعت داعي: حي على الفلاح؛ فلا تنشـــغل بشـــيء في يدك مهما بلـــغ أثره، ولا

تكترث باجتماع أنت فيه، ولا تحتفل بشيء يقف دون خروجك لأفراح الروح وداعي الشوق؛ فَقَلَّ من يحتفي بهذا المعنى ويخذله الله! ومن تعرّف إلى الله تعالى في الرخاء تعرّف الله تعالى عليه في الشدة.

- **في قلوبنا حنين وشوق إلى الله تعالى، وفي السجود وهتاف الدعاء وترديد (يا رب) أسرار لا يعرفها إلا من جرَّبها وذاق لذائذها في الدنيا..** وإذا صارت لك نافلة في خلوة أو مشهد سَحَر وتحولتْ إلى عادة في زمانك؛ فقد استعجلت شيئاً من نعيم الجنان.

- **ألقِ بقلبك في رحاب كتاب الله تعالى،** واعقد معه عهداً للوفاء، ورتّب معه أجزاء لا تتخلّف عنها البتة، وليكن لك وِرْدٌ ثابت في التدبر والتأمل، وأحلف لا أستثني إنك واجد كل شيء.

- **ليكن لك وِرْدٌ في الطاعة لا تتخلّف عنه البتة** (من صلاة، وصيام، وصدقة، وذكر، وتلاوة، وتدبر، وصلة رحم، وعمرة)... عظّم شعائر الله تعالى، واهتف بها في قلبك ومشاعرك وواقعك، وإذا بلغك شيء عن ربك أو عن نبيّك ﷺ فقم إليه مجلّاً معظّماً.

• **تــورّع عن كل شــبهة فضلاً عن كل حــرام، وارقب جوارحك؛** لا تخض في معصية أو مشهد حرمان أو موقف خذلان إلا ما جرى جبلة وخطأ وطبيعة، وستغمرك مشاعر الفرح، وســتتهاوى دونك العقبات، وستلين لك الصعاب، وسـترى ما كنت تحلم به واقعاً مع الأيام.

خاطرة:

كان نبيُّك ﷺ إذا فاته الوتر إحدى عشــرة ركعة صلاها من النهار ثنتي عشــرة ركعة، ولما فاتتــه راتبة الظهر لقدوم وفد عبد القيس صلاها بعد العصر وأثبتها حتى مات.. (الحياةُ تستحق هذا النضال الكبير).

* * *



قال الحسن البصري رَحِمَهُ ٱللَّهُ تَعَالَىٰ:

أدركت أقواماً كانوا على أوقاتهم أشدَّ منكم حرصاً على دراهمكم ودنانيركم.

وذكر ابن عساكر في ترجمة الفقيه سُلَيم بن أيوب الرازي، قال: حُدّثت عنه: أنه كان يحاسب نفسه على الأنفاس، لا يدع وقتاً يمضي بغير فائدة؛ إما ينسخ أو يدرس أو يقرأ.

الفهرس

• المقدمة ٥

الفصل الأول

التركيز.. معناه وأهميته

١ ـ التركيز ١١

٢ ـ ما ثمن وقتك؟ ١٣

٣ ـ لماذا الحديث عن التركيز؟ ١٦

٤ ـ ما التركيز؟ ٢١

الفصل الثاني

كيف تركِّز؟

١ ـ من أنت؟ ٢٧

٢ ـ تعرّف على الـ(x) في حياتك ٣١

٣ ـ أين تضع الـ(x) في حياتك؟ ٣٤

٤ ـ تخلّص من الفوضى ٣٧
٥ ـ ما مشروعك العمري؟ ٤٠
٦ ـ كتابة الرؤية ٤٥
٧ ـ تحديد الأهداف ٥٠
٨ ـ إدارة الأولويات ٥٤
٩ ـ أدْوَمُه وإنْ قَلَّ ٦٠
١٠ ـ تعلّم أن تقول: (لا) ٦٥
١١ ـ التدريب والممارسة (أ) ٧٠
١٢ ـ التدريب والممارسة (ب) ٧٣
١٣ ـ الانضباط ٧٧
١٤ ـ أوقات الذروة ٨١
١٥ ـ أوقات الراحة ٨٤
١٦ ـ تخلَّصْ من الشَّعَث ٨٧
١٧ ـ لا تؤجِّل الأمور ٩١
١٨ ـ بَسِّطْ أُمُورَك ٩٦
١٩ ـ صناعةُ التفاؤل ٩٩
٢٠ ـ العادات ١٠٢



٢١ ـ اشدد قوسك ١٠٦

٢٢ ـ كن مسؤولاً ١٠٩

٢٣ ـ اخترْ صديقَك ١١٢

الفصل الثالث

نماذج في التركيز

١ ـ نماذج من التاريخ ١١٩

٢ ـ نماذج غربية ١٢٢

٣ ـ نماذج في التدريب والممارسة ١٢٦

٤ ـ نماذج أخرى متنوعة ١٢٩

٥ ـ طالب العلم وعادة التركيز (أنموذجاً) ١٣٣

٦ ـ العملُ الخيريُّ وعادةُ التركيز (أنموذجاً) ١٣٨

الفصل الرابع

التركيز: حاجة وتوازن وحسن صلة بالله

١ ـ سؤال ما قبل النهاية ١٤٥

٢ ـ ماذا يعني سؤال التركيز؟ ١٥٠

٣ ـ أعظم أسرار التركيز ١٥٣

• الفهرس ١٥٧